S I. MCMILLEN, M. D.

BOLI EVITABILE

Ştiință acum 4000 de ani!

Scrierile Sfinte precedează medicina modernă!

Cuprins:

Prefață
1. Părul alb şi uleiul de şarpe cu clopoței
2. Dovadă împotriva mândriei şi prejudecății
3. Ştiință 4000 de ani mai târziu
4. Cinci milioane de minți turmentate
5. Boli coronariene şi cancer în pachete
6. Ei au plătit diavolului
7. Duşmanii fericirii sexuale
8. Superlative în viața sexuală
9. Minte bolnavă - trup bolnav
10. Nu ceea ce mâncăm este ceea ce ne mistuie
11. Echilibrul scump plătit
12. Ouă - doar ouă
13. "Iubire sau moarte"
14. Pisici şi crocodili
15. Sunteți tot atât de bătrân ca şi arterele dvs.
16. David şi uriaşul "teamă"
17. Artrită - de spaima unei pantere
18. Frica cea mai mare a omului redusă la tăcere
19. Printr-o lacrimă vezi mai departe decât printr-un telescop
20. Noroi sau stele?
21. Problema nr.1 de sănătate a națiunii
22. Melci şi schizofreni
23. O lecție: John D. Rockefeller
24. Nu căuta să împuşti luna
25. Vai, în mine trăiesc două ființe!
26. Descătuşat de chinuri
Un medic argumentează că Biblia este adevărată

Prefață

Pacea nu se vinde în tablete! Acest lucru este regretabil din cauză că ştiința medicală recunoaşte că emoțiile, precum şi frica, supărarea, invidia, ranchiuna şi duşmănia, sunt răspunzătoare de majoritatea bolilor noastre. Estimările variază de la 60% la aproape 100%.

Încordarea emotivă (stresul) poate produce hipertensiune arterială, guşă toxică, migrene (dureri de cap), artrite, apoplexii, tulburări cardiace, ulcere gastro-duodenale şi alte boli serioase prea numeroase pentru a fi menționate. Ca medici, putem prescrie tratamente pentru simptomele acestor boli, dar nu putem face prea mult pentru cauza ce stă la baza lor: dezordinea emoțională.

Este regretabil, dar pacea nu o primeşte nimeni în tablete! Avem nevoie de ceva mai mult decât de tablete pentru tensiunile ce produc boală bărbatului care şi-a pierdut toate economiile realizate în viața lui, pentru sufletul fetei înlăcrimate care a fost părăsită, pentru tânărul tată care are un cancer ce nu poate fi operat, pentru soția care are un bărbat crai, pentru adolescentul disperat de semnul ce are pe față din naştere, pentru intrigantul care stă treaz noaptea încercând să ticluiască metode prin care să înşele pe vecinul său.

Această carte a luat naştere ca urmare a mii de suspine ale multor oameni care au părăsit cabinetul meu fără să primească un ajutor potrivit. Nu am avut timpul necesar decât spre a prescrie câteva tablete pentru durerile lor. Am ştiut însă că există ceva mai bun pentru viețile lor decât tabletele prescrise. în această carte am prescris rețeta pe care aş fi dorit s-o dau acestor pacienți dacă aş fi avut şi timpul necesar.

Mă grăbesc să adaug că acest sfat nu este al meu propriu. Atunci când Dumnezeu a scos pe israeliți din chinurile Egiptului, El le-a promis că dacă vor asculta de legile Sale, El nu va lăsa "nici una din boli..." să cadă asupra lor (Exod 15:26). Dumnezeu garantează o ocrotire totală față de boli, ocrotire pe care medicina modernă nu poate s-o acorde. A fost promisiunea lui Dumnezeu o simplă asigurare? Au fost israeliții scutiți în mod miraculos de aceste boli? Ar putea aceleaşi reguli să ne salveze şi astăzi?

Sunt încredințat că cititorul va fi mirat să descopere că sfaturile Bibliei pot să-l scutească de unele boli infecțioase, de unele cancere devastatoare şi de un lung şir de boli psihosomatice, care cresc în ciuda tuturor eforturilor medicinii moderne.

Sunt dator a mulțumi multor oameni, dar întâi de toate pacienților mei. Deşi multe cazuri sunt relatate din povestiri reale, ele sunt deghizate şi combinate cu povestirile altor pacienți.

Această carte nu ar fi luat naştere niciodată fără ajutorul dat cu simpatie de dr.Gustav Prinsell şi dr.J.Myron Stern, care au avut o grije deosebită de cabinetul meu timp de aproape nouă luni. Un alt medic binevoitor, Ray W.Hazlett, Litt.D. m-a încurajat şi m-a ajutat în primele luni, încât am putut s-o termin aşa de repede.

Sunt foarte îndatorat domnişoarei Sophia Davis care a corectat toate greşelile gramaticale şi le-a completat din abundență cu virgule şi alte semne asemănătoare. Doamnei Muriel Babbit îi datorez de a fi prelucrat micile ciorne secundare pe curat, bătute la maşina de scris astfel ca să apară cel mai uşor pentru editor.

Fiica mea Linda şi soțul ei dr.J.Myron Stern mi-au dat din plin câteva "doze de vitamine" usturătoare, pentru care le sunt acum recunoscător. Față de Alice Jean soția mea, am aprecierea cea mai adâncă pentru sprijinul şi încurajarea permanentă.

Mai presus de toate, mulțumesc Domnului pentru călăuzirea Sa binevoitoare şi ajutorul Său manifestat în toate căile mele.

1. Părul alb şi ulei de şarpe cu clopoţei

"Pentru a preveni albirea părului, ungeţi-l cu sângele unui viţel negru care a fost fiert în ulei, sau cu grăsimea unui şarpe cu clopoţei" (S.E.Massengill, A Sketch of Medicine and Pharmacy - Bristol, Tenn., S.E.Massengill Company, 1943 pag.16). Această reţetă vine de la faimosul Papyrus Ebers, o carte de medicină scrisă în Egipt la cca. 1552 î.Cr. Deoarece Egiptul ocupa o poziţie dominantă în lumea veche medicală, acest Papyrus este de mare importanţă ca document al ştiinţei medicale din acele zile.

Cartea cuprinde de asemenea şi prescripţii pentru cei care au pierdut părul: "Atunci când cade părul, un remediu este să se aplice un amestec de şase grăsimi şi anume: de cal, hipopotam, crocodil, pisică, şarpe şi ţap. Pentru ca să-l întăriţi, ungeţi-l cu dintele unui măgar, zdrobit în miere" (Ibid.)." Un preparat special pentru pieptănătura reginei Schesch, consta din părţi egale de călcâi de câine de vânătoare abisinian, flori de curmal şi copite de asin, fierte în ulei. Preparatul acesta deosebit era folosit ca să crească părul reginei.

Pentru a salva victimele muşcate de şerpi veninoşi, medicii din acele zile le dădeau să bea "apa magică", apă ce a fost vărsată deasupra unui idol special (Scope - Summer 1955 pag. 13). La răni adânci, ei aplicau sânge de vierme şi gunoi de asin. Deoarece bălegarul de asin era încărcat cu spori de bacil tetanic, nu era de mirare că tributul plătit de răniţi era mare.

Papyrus Ebers cuprinde multe sute de remedii pentru boli diferite. Medicamentele includ "sânge de şopârlă, dinţi de porc, carne putrezită, grăsime rău mirositoare, umezeala din urechile unui mistreţ, grăsime din lapte de gâscă, copite de asin, grăsime de animale din diferite surse, excremente de animale inclusiv de la fiinţe omeneşti, măgari, antilope, câini, pisici, până şi de la muşte" (Massengill, op. cit. pag. 16-17). Aproximativ în timpul când a fost scrisă această carte egipteană, s-a născut şi Moise în Egipt. Cu toate că părinţii săi erau israeliţi, el a fost crescut la curtea împărătească şi "a învăţat toată înţelepciunea egiptenilor" (Faptele apostolilor 7:22). Nu este nici o îndoială că el a fost familiarizat cu toată ştiinţa medicală din timpul său. Multe mii de israeliţi au cunoscut de asemenea şi fără îndoială că au şi folosit unele remedii menţionate în Papyrus Ebers. Totuşi, atunci când Moise a condus marea mulţime de israeliţi afară din Egipt, Domnul le-a dat cea mai însemnată promisiune: "Dacă vei asculta cu luare aminte glasul Domnului Dumnezeului tău, dacă vei face ce este bine înaintea Lui, dacă vei asculta de poruncile Lui şi dacă

vei păzi toate legile Lui, nu te voi lovi cu nici una din aceste boli cu care am lovit pe egipteni, căci Eu sunt Domnul care te vindecă" (Exod 15:26).

„...nici una din aceste boli..."! Ce promisiune! Nu au fost chinuiți de secole de aceste boli atât egiptenii cât şi israeliții? Practic, rețetele din cărțile lor medical.e nu au folosit la nimic, ba de multe ori acestea au adus mai mult rău decât însăşi bolile. Domnul a făcut acum o promisiune fantastică pentru a elibera pe israeliți de toate bolile egiptenilor. Dumnezeu a dat lui Moise un număr de legi care fac parte şi astăzi din Biblia noastră. Dar aceste directive medicale divine erau cu totul diferite de acelea din Papyrus Ebers şi cu siguranță, Dumnezeu nu le-a copiat pe cele ale autorităților locale din acele zile. Instruit în universitățile regale de medicină, ar fi avut Moise destulă încredere să accepte inovațiile divine fără să adauge unele din remediile pe care le-a învățat? Din relatarea biblică descoperim că Moise a avut atâta încredere în legile lui Dumnezeu încât nu a introdus în instrucțiunile inspirate nici măcar un singur curent din concepțiile greşite ale timpului. Dacă Moise ar fi cedat înclinației naturale de a fi adăugat cât de puțin din cele învățate în universități, pe atunci cele mai moderne, noi am fi putut găsi astăzi în Biblie nişte prescripții cam de felul acesta: "călcâiul unui câine de vânătoare abisinian" sau "dinte de măgar, strivit în miere", fără să mai menționăm alte medicamente pe care medicii vremii le-au compus din murdărie de câini, pisici sau muşte, încărcate cu bacterii.

Instrucțiunile divine, nu numai că erau lipsite de practici primejdioase, dar aveau multe şi amănunțite recomandări pozitive. Să ne uităm în treacăt la influența acelor instrucțiuni pozitive în istoria prevenirii bolilor infecțioase. Multe sute de ani, lepra, acea boală infecțioasă, a omorât nenumărate milioane de oameni în Europa.
Proporțiile teribilei maladii printre europeni sunt date de dr.George Rosen, profesor de sănătate publică la universitatea din Columbia, care relatează următoarele: "Lepra a adus cea mai mare nenorocire care şi-a întins umbra asupra vieții omenirii medievale. Frica de toate celelalte boli luate la un loc, nici nu se poate compara cu teroarea răspândită de lepră. Nici moartea neagră din secolul al patrusprezecelea (epidemia de ciumă în Europa în anii 1348-1349), sau apariția sifilisului spre sfârşitul secolului al cincisprezecelea, nu a produs o asemenea stare de groază... încă de la începutul evului mediu, ea a început să se răspândească mai larg în Europa şi a devenit o problemă serioasă socială şi de sănătate. Ea era o boală epidemică răspândită în special printre săraci şi a atins maximul de teroare în secolele treisprezece şi patrusprezece" (George Rosen, History of Public Health - New-York, MD Publications, 1958, pag. 62-63).

Ce au putut oferi medicii pentru a opri ravagiile mereu crescânde ale leprei? Unii credeau că ea a fost "produsă în urma consumului de alimente fierbinți puternic condimentate cu piper, usturoi, preparate din carnea porcilor bolnavi". Alți medici erau de părere că ea era produsă de conjunctura rău voitoare a planetelor. Bineînțeles, sugestiile lor de prevenire erau cu totul fără valoare.

O altă plagă care a întunecat evul mediu (mediu timpuriu) şi l-au făcut într-adevăr negru, a fost ciuma neagră. Numai în secolul al patrusprezecelea, acest ucigaş a luat viaţa la una din patru persoane, o estimare totală de şaizeci de milioane. A fost cel mai mare dezastru înregistrat vreodată în istoria omenirii: "Măturând totul, această plagă a adus cu sine panică şi zăpăceală... Morţii erau azvârliţi talmeş-balmeş în gropi imense săpate în grabă în acest scop şi trupuri în putrefacţie zăceau pretutindeni în case şi pe străzi. Groparul şi medicul erau aruncaţi în aceiaşi groapă mare şi adâncă. Testatorii şi moştenitorii, precum şi executorii erau aruncaţi împreună din acelaşi furgon, în aceiaşi groapă" (Fielding Garrison, History of Medicine - Philadelphia, W. B. Saunders Co., 1929 pag. 187).

Ce urmări au avut majoritatea plăgilor din întunecatul ev mediu, ne spune George Rosen: "Conducerea a fost luată de către biserică deoarece medicii nu mai aveau nimic de oferit. Biserica a luat ca principiu de orientare conceptul de contagiune aşa cum a fost concretizat în Vechiul Testament... Această idee şi consecinţele sale practice sunt definite cu mare claritate în cartea Leviticul...

Odată ce diagnosticul de lepră a fost stabilit, bolnavul era izolat şi exclus din comunitate. Urmând preceptele expuse în Levitic, biserica a preluat sarcina de a combate lepra. Ea a trecut la primul său pas eroic în stârpirea sistematică a bolii" (Rosen op. cit. pag. 63-65).

Măsurile sunt prescrise în Levitic 13:46: "Câtă vreme va avea rana... este necurat. Să locuiască singur; locuinţa lui să fie afară din tabără."

Alţi istorici atribuie Bibliei apariţia unei noi ere în controlul efectiv al bolii: "Legile împotriva leprei, expuse în Levitic 13, pot fi privite ca primul model de legislaţie sanitară" (Arturo Castiglione, A History of Medicine, New Jork, Alfred A. Knopf, Inc., 1941, pag. 71).

Imediat ce naţiunile europene au văzut că carantina prevăzută de Biblie a adus boala (lepra) sub control, ele au aplicat aceleaşi metode şi principii şi împotriva ciumei negre. Rezultatul a fost la fel de spectaculos şi milioane de vieţi au fost salvate.

Dacă această plagă mortală ar fi continuat necurmat, multe celebrităţi ale Renaşterii nu s-ar fi născut niciodată, sau ele ar fi putut să moară înainte de timp. Astfel istoria Europei a fost puternic influenţată din cauză că oamenii au început să pună în practică indicaţiile date de Dumnezeu israeliţilor: "Dacă vei asculta cu luare aminte vocea Domnului Dumnezeului tău... nu voi lăsa nici una din aceste boli asupra ta..."

2. Dovadă împotriva mândriei şi prejudecăţii

Cu toate că Europa a reuşit să pună sub control cele mai devastatoare plăgi prin aplicarea de măsuri categorice ale Bibliei de a izola victimele, alte boli continuau să decimeze neamul omenesc deoarece oamenii nu au luat în serios promisiunile lui Dumnezeu că ei vor fi eliberaţi de toate bolile dacă vor da ascultare sfaturilor divine. De aceea, boli intestinale ca holera, dizenteria şi febra tifoidă, continuau să obţină un greu tribut de vieţi omeneşti. Până la sfârşitul secolului al optsprezecilea, măsurile igienice de prevenire, chiar şi în marile capitale, erau foarte primitive. De regulă excrementele erau aruncate pe străzi nepavate şi murdare. Duhori insuportabile apăsau oraşele şi satele. Era cea mai bună perioadă de prosperitate pentru muştele care se prăseau în murdărie şi răspândeau bolile intestinale ce omorau milioane de oameni.

Ce multe vieţi omeneşti ar fi fost salvate dacă omul ar fi luat în serios sfaturile lui Dumnezeu pentru eliberarea de boli!

Biblia, printr-o ordonanţă, indică calea spre descătuşare din ghiarele epidemiilor devastatoare ale febrei tifoide, holerei şi dizenteriei: "Să ai un loc afară din tabără şi acolo să ieşi afară. între uneltele tale să ai şi o lopată cu care să sapi (o groapă) şi să acoperi murdăriile ieşite din tine, când vei ieşi afară" (Deuteronom 23:12-13).

Un istorician în materie de medicină scrie că directiva este "cu siguranţă o măsură primitivă dar eficace, deoarece ea arată idei avansate de igienă" (Arturo Castiglione, op. cit. p. 70). Cum ar putea această recomandare dată lui Moise cu 3500 de ani mai înainte, să ne ofere azi idei avansate de igienă? Explicaţia logică este aceea că Biblia este ceia ce se pretinde a fi, adică: Cuvântul inspirat al lui Dumnezeu.

Dar mândria şi prejudecăţile omului sunt duşmani prea tari pentru a fi puse la încercare. Să luăm ca exemplu întâmplarea ce a avut loc în anul 1840 la Viena tocmai pe când se sărbătoreau superbele valsuri ale lui Johann Strauss şi a fiului său. Viena era pe atunci renumită şi ca centru medical. Să ne aruncăm privirea în unul din faimoasele spitale din acele zile: "Spitalul general". în saloanele de maternitate ale acestui renumit spital, una din 6 femei murea. Acest mare şi îngrozilor procent de mortalitate era la fel şi în celelalte spitale din întreaga lume. Obstetricienii (mamoşii) atribuiau

decesele pe seama constipației, lactației întârziate, fricei şi aerului infectat. După ce mureau, femeile erau transportate la morgă pentru autopsie. în fiecare dimineață intrau în morgă medicii şi studenții în medicină pentru a executa autopsiile. După aceea, fără să-şi curețe mâinile, medicii şi alaiul de studenți, treceau în saloanele de maternitate pentru examenul ginecologic al pacientelor. Desigur, pe atunci nu existau mănuşi de cauciuc. La începutul anului 1840, deci ceva mai mult decât 100 de ani, un tânăr medic pe nume Ignaz Semmelweis a luat în primire unul din saloanele de obstetrică. El a observat că în general femeile care erau examinate de profesori şi studenți, se îmbolnăveau şi mureau. După ce timp de trei ani a observat această situație cumplită, el a stabilit o regulă pentru salonul său, ca oricare medic şi student care a luat parte la autopsii să-şi spele cu grije mâinile mai înainte de a examina pacientele din maternitate.

În luna aprilie 1847, înainte ca noua dispoziție să intre în vigoare, în salonul dr.Semmelweis au murit 57 de femei. După ce a fost instituit regulamentul spălării mâinilor, au murit: în luna iunie numai una din 42, în luna iulie numai una din 84 de femei. Statisticile au arătat cu precizie că infecțiile fatale au fost purtate de la cadavre la pacientele încă în viață.

Într-o zi, după efectuarea autopsiilor şi spălarea mâinilor, chirurgii şi studenții au intrat în salonul de maternitate şi au examinat o serie de paturi cuprinzând douăsprezece femei. Din cele douăsprezece femei, unsprezece au făcut foarte repede temperatură şi au murit. în mintea ageră a lui Semmelweis s-a născut un nou gând: desigur un element misterios cu consecințe fatale, a fost purtat în mod evident de la un pacient în viață la ceilalți pacienți. Concluzie logică, Semmelweis a dispus ca fiecare să-şi spele mâinile cu grijă şi după examinarea fiecărui pacient. Imediat s-au ridicat nenumărate proteste împotriva "pacostei de spălare, spălare şi iar spălare". Dar procentul de mortalitate descreştea mereu.

A fost aplaudat dr. Semmelweis de colegii săi? Din contră, studenții indolenți, obstetricienii cu prejudecăți şi superiorii săi geloşi, l-au batjocorit şi înjosit atât de mult încât contractul său anual de angajare nu a mai fost reînnoit. Succesorul său a scos afară lighianele şi procentul de mortalitate a ajuns din nou la vechile cifre îngrozitoare. Au fost convinşi colegii săi că el avea dreptate? Nici de cum! Noi muritorii putem foarte bine să privim cu proprii ochi asemenea lucruri şi totuşi mintea să ne fie atât de îmbrobodită în mândrie şi prejudecată, încât chiar şi ceea ce este bine dovedit, să pătrundă foarte greu la ea.

Timp de 8 luni Semmelweis a încercat în zadar să primească din nou un post onorabil în spital. Dezgustat şi deprimat, el părăsi Viena fără să-şi ia rămas bun de la puținii săi prieteni şi se duse la Budapesta, oraşul său natal. Acolo a obținut un post într-un spital, unde de asemenea procentul de mortalitate al femeilor gravide era îngrozitor de mare. El a introdus şi aici practica spălării mâinilor înainte de examinarea individuală a pacientului. Dintr-o dată, secera nemiloasă a fost oprită, dar prejudecățile şi geloziile au

copleşit adevărul dovedit şi mulţi dintre colegii lui Semmelweis treceau pe lângă el pe coridoarele spitalului, fără să-i vorbească.
Dr. Semmelweis a scris o carte, excelent documentată, asupra muncii sale, care a avut ca efect să îmboldească pe duşmanii săi la cel mai amar sarcasm. încordarea, precum şi strigătele de moarte ale mamelor muribunde l-au obsedat şi au influenţat atât de mult natura sa sensibilă, încât până la sfârşit i s-a deranjat mintea. Ignatz Semmelweis a murit într-un institut de alienaţi mintali fără să primească vreodată recunoştinţa pe care o merita din plin.

Cu multe, multe secole înainte de Semmelweis, Dumnezeu a dat lui Moise instrucţiuni amănunţite asupra celei mai eficace metode de curăţirea mâinilor imediat după ce a fost atinsi un cadavru sau o fiinţă vie infectată (Numeri 19). Metoda lui Semmelweis a făcut o cale lungă în prevenirea multor decese, ca să nu fie acceptată astăzi în vreun spital. Metoda Scripturii specifica nu o simplă spălare într-un lighian, ci spălări repetate în ape curgătoare, cu intervale de timp acordate pentru uscare şi expunere la soare, pentru a ucide bacteriile încă nespălate. Mai mult, metoda biblică cerea celor ce au avut contact cu un cadavru să-şi schimbe hainele cu altele curate care au fost spălate şi uscate. Tehnica Bibliei a fost aşa dc complexă şi de eficace faţă de oricare altă tehnică pe care un om ar fi putut-o născoci vreodată, încât din nou este logic să credem că legile au fost date de Dumnezeu lui Moise, aşa cum scrie Biblia.

În chirurgie a predominat de asemenea acest spirit de necunoaştere, mândrie şi prejudecată în ceea ce priveşte spălarea mâinilor. în cea mai mare parte a secolului al nouăsprezecelea, măsurile preventive în chirurgia de specialitate erau extrem de simple. Pacientul venea în sala de operaţie, se dezbrăca acolo şi se căţăra pe masa de operaţie. Chirurgul îşi scotea haina, îşi sufleca mânecile, scotea câteva instrumente dintr-o geantă sau din dulap şi începea să opereze. Dacă chirurgul dorea să demonstreze ceva studenţilor, îi poftea la masa de operaţie ca să pipăie cu mâinile lor nespălate şi pline de microbi, o rană sau un abdomen deschis. Desigur, în asemenea condiţii, mortalitatea era îngrozitor de ridicată. Dr.Roswell Park, în cartea sa asupra istoriei medicinei, povesteşte despre propriile sale experienţe: "Atunci când am început lucrul ca internist într-un spital, în anul 1876 era cel mai mare spital din ţară, s-a întâmplat ca fiecare pacient operat, cu una sau două excepţii, să moară din cauza infecţiilor, deşi operaţiile erau realizate de chirurgi socotiţi în acele zile ca fără egal în meserie" (An Epitome of the HISTORY of Medicine, second edition, Philadelphia, F. A. Davis Co., 1901 - pag. 326).

O astfel de mortalitate nu s-ar fi întâmplat dacă chirurgii ar fi urmat metoda pe care Dumnezeu i-a prescris-o lui Moise privitor la spălarea meticuloasă a mâinilor şi schimbarea hainelor după contactul cu bolile infecţioase. Doctorul Park declară că în cei doi ani ce au urmat lui 1876, a fost introdusă metoda antiseptică de curăţire a mâinilor şi a instrumentelor în urma căreia s-a constatat o scădere spectaculoasă a mortalităţilor. Opera lui John Tyndall, Louis Pasteur, Robert Koch şi Sir Joseph Lister au furnizat în sfârşit

dovezile clare, aşa că încetul cu încetul s-a risipit încăpățânarea şi prejudecata.

În secolul al douăzecilea nici o operație chirurgicală nu se efectuază fără spălarea meticuloasă a mâinilor. Totuşi, orice neglijare în spălarea mâinilor a avut ca rezultat pierderi inutile de vieți omeneşti. Infecțiile stafilococice au devenit epidemii dezastruoase în unele spitale de copii. în vara anului 1958 o epidemie de infecție stafilococică pricinuită de o spălare incorectă a mâinilor, s-a răspândit într-un mare spital general din estul Statelor Unite. Diferitele antibiotice au fost de puțin ajutor şi înainte ca infecția să fie depistată, s-au stins viețile a 86 de bărbați, femei şi copii.

Departamentul de Stat al Sănătății din New-York s-a alarmat din cauză că asemenea infecții pot fi răspândite pentru că o persoană a omis să-şi spele mâinile cu grijă. în anul 1960 Departamentul a editat o carte descriind metodele de spălare a mâinilor şi procedeele foarte apropiate de metoda Scripturii cuprinsă în Numeri cap.19.

În sfârşit, abia în anul 1960 omenirea a ajuns la capăt cu această problemă. Ei au învățat, după secole şi pe un preț îngrozitor, ceea ce Dumnezeu i-a dat lui Moise prin inspirație divină.

3. Ştiință patru mii de ani mai târziu

"Doctore, trebuie să-mi spui dacă am cancer sau nu! Eu insist şi trebuie să ştiu ce arată analizele de laborator!"

Simpatică, în vârstă de treizeci şi şase de ani, Beth Howard, şedea pe marginea scaunului. Mai bine de două săptămâni, doctorul său a folosit tot felul de tactici de amânare ca să o pregătească pentru acest moment.

Când adevărul a fost dat pe față, acesta o zdrobi. "Doctore, nu mă lăsa să mor! Trebuie să mă salvezi! Nu ar fi posibil să las pe drumuri pe Lorna şi pe Jane. Acum în adolescența lor, ele au nevoie de mine mai mult ca oricând. Apoi, Phil şi Bill."

În hohote, îşi îngropă fața în pernă. în asemenea momente orice doctor ar vrea să facă totul pentru a salva o viață. Dar tot ce poate el oferi sunt numai atenuante ale durerii sau calmante. Din cauză că cancerul lui Beth era avansat, nu mai era decât o chestiune de luni până să moară.

Beth avea cancer uterin. în anul în care a murit s-au scurs pe străzile americane treisprezece mii de cortegii funerare cu victimele acestui cancer special. Multe erau femei de vârstă mijlocie, majoritatea între 31 şi 50 de ani (Harold Thomas Hyman, An Integrated Practice of Medicine - Philadelphia W. B. Saunders Co., 1946, pag. 2551).

Cancerul uterin este unul din cele mai obişnuite la femei. El cuprinde 25% din toate cancerele la femei şi 80% din toate cancerele genitale. Aceste statistici sunt cu atât mai patetice cu cât marea majoritate a deceselor ar fi fost prevenite prin respectarea unei instrucțiuni pe care Dumnezeu a dat-o lui Avraam.

Istoria acestei cunoaşteri este ciudată. La începutul anului 1900 dr. Hiram N. Winenberg, în timp ce studia mărturiile pacientelor din spitalul "Muntele Sinai" din New-York, a observat că evreicele erau comparativ scutite de acest cancer (Hiram N. Wineberg, "The Rare Occurrence of Cancer of the Among Jewish Women". Buletin of Mt. Sinai Hospital, 1919). - Era o uluitoare descoperire! Era deci o grupare care a suferit cu mult mai puțin decât celelte femei de pe urma acestui uriaş ucigaş.

Urmărind acest fir conducător, dr. Ira I. Kaplan şi colegii săi au studiat înregistrările femeilor din spitalul Bellevue din New-York şi au fost de

asemenea uimiți de raritatea cancerului uterin printre femeile evreice (I. Kaplan, and R. Rosh American Journal of Roentgenology, June 1947, pag. 659-664).

În anul 1949, ginecologii din clinica Mayo au observat că din 568 de cazuri consecutive de cancer uterin, nici una din victime nu era evreică. Şapte la sută din primirile la clinică sunt evreice şi oricine s-ar fi aşteptat ca din 568, şapte la sută, adică patruzeci de evreice să aibă cancer uterin. Din contră, nu a fost nici un singur caz (Cancer of Cervix and Non-Jews", Journal of the American Medical Association, July 23, 1949, pag. 1069).

În anul 1954, într-un vast studiu asupra a 86.214 femei din Boston, s-a observat că la femeile neevreice, cancerul uterin era de opt ori şi jumătate mai frecvent ca la femeile evreice (W. B. Ober, and L. Reiner, "Cancer of Cervix în Jewish Women", New England Journal of Medicine, November 30, 1954, pag. 555-559).

De ce comparativ cu celelalte femei, evreicele sunt scutite de cancerul uterin? Cercetătorii medicinei sunt de acord acum, că această spectaculoasă eliberare rezultă din practicarea circumciziunii la bărbații evrei, pe care Dumnezeu a poruncit lui Avraam s-o introducă acum patru mii de ani.

Un număr de studii recente au confirmat că independența față de cancerul uterin nu se datorează factorilor de rasă, alimentare sau mediul înconjurător, ci cu totul circumciziunii. Alte studii convingătoare au fost efectuate în India. Cu toată că oamenii de acolo au aceleaşi condiții rasiale, mănâncă aceleaşi feluri de mâncare şi trăiesc în acelaşi climat şi mediu înconjurător, populația este împărțită în două grupări religioase. Aceia care adoră pe Mohamed, de asemenea un ascendent al lui Avraam, practică circumciziunea. La femeile din această grupare frecvența de cancer uterin este mult mai mică decât la celelalte din aceiaşi rasă care mănâncă aceiaşi mâncare şi trăiesc în acelaşi mediu înconjurător (A. Symeonidis, "Acta Union Internationale Contre le Cancer", Bulletin of. U. S. Health Service, Vol. VII, No. 1, pag. 127; P. S. Rao, R. S. Reddy, and D. J. Reddy, "A Study of the Etiological Factors în Guntur", Journal of the American Medical Association, November 7, 1959, pag. 1421).

Un editorial din Jurnalul American de Obstetrică şi Ginecologie, observă că atât femeile evreice cât şi cele musulmane indience, au o frecvență mai scăzută de cancer uterin şi constată că aceste două popoare, de altfel neasemănătoare, au un singur numitor comun şi anume circumciziunea sexului bărbătesc. Editorialul relatează în continuare că în insulele Fiji, procentul cancerului uterin este în mod categoric mai scăzut printre cei care practică circumciziunea. Editorialul conclude cu sfatul ca toți noii născuți de sex bărbătese să fie circumcişi pentru a preveni acest cancer (S. L. Israel "Relative Infraquency of Cervical Carcinoma în Jewish Women: Is the Enigma Solved?" American Journal of Obstetrics and Gynecology, March 1955, pag. 358- 360).

Ştiința medicală recunoaşte necesitatea, dar din nefericire populația nu ia în serios valoarea circumciziunii. Poate circumciziunea la bărbați să prevină cancerul la femei? Organul sexual bărbătesc este acoperit cu un exces de prepuț. Circumciziunea (tăierea împrejur) remediază inconvenientul prin înlăturarea surplusului de prepuț. Dacă prepuțul rezistent, neretractabil, nu este îndepărtat, nu se poate realiza rapid curățirea corectă. Ca rezultat mulți microbi virulenți, inclusiv bacilul Smegma producător al cancerului, poate să se dezvolte din abundență. în timpul legăturii sexuale aceşti microbi sunt depozitați în canalul vaginal. Dacă membrana mucoasei canalului este intactă, nu rezultă decât o mică vătămare. Totuşi, dacă există o leziune, aşa cum se întâmplă după naşterea copilului, aceşti microbi pot da naştere la iritații considerabile. întrucât acea parte a corpului care este supusă iritației este susceptibilă la cancer, este cu totul subânțeles de ce cancerul uterin poate să se dezvolte, după toate probabilitățile, la femeile ale căror tovarăşi de viață nu sunt circumcişi.

Aceşti microbi care produc cancer la femei pot irita şi organul bărbătesc cauzând şi acestora cancer. Extrema raritate de cancer la penis, la bărbații circumcişi, este arătată prin faptul că în anul 1955 a fost înregistrat abia al patrulea caz din istoria medicală. (A. J. Paquin, Jr. and J. M. Pearce, Journal of Urology - November 1955, pp. 626-627).

Astfel, putem spune că circumciziunea este profilaxia aproape perfectă împotriva acestui cancer. Prevenirea prin circumciziune este cu mult mai importantă decât tratamentul, deoarece îndată ce diagnosticul cancerului a fost stabilit, îndepărtarea chirurgicală a penisului este obligatorie.

După mulți ani de studii, ştiința medicală a acceptat în sfârşit metoda cea mai bună de prevenire a ambelor cancere, la bărbați şi femei. în sfârşit, ştiința medicală a ajuns la acest rezultat cu patru mii de ani mai târziu. Stiința nu a ajuns la acest rezultat pe bază de cercetări în laborator. La acest rezultat s-a ajuns în urma unui lung şir de statistici de-a lungul anilor, datorită faptului că multe generații de evrei au fost credincioşi poruncii lui Dumnezeu dată părintelui lor Avraam (Geneza 17:10-12).

Unii oameni se îndoiesc că Dumnezeu a protejat atât de minunat pe israeliți în timpul plăgilor din Egipt şi a secat Marea Roşie pentru a-i scăpa din robie. Dar aceste minuni sunt într-adevăr neînsemnate în comparație cu directivele minunate pe care Dumnezeu le-a dat, care au salvat pe israeliți şi pe alții de plăgi, epidemii şi cancer, timp de multe secole.

Asupra subiectului circumciziunii mai este încă de remarcat un fapt decisiv. în noiembrie 1946, un articol din revista medicală de specialitate "Journal of the American Medical Association" înşira motivele pentru care circumciziunea noilor născuți de sex bărbătesc este recomandabilă. Trei luni mai târziu apăru în aceiaşi revistă o scrisoare a unui altui specialist. El era în totul de acord cu autorul articolului asupra avantajelor circumciziunii, dar îl critica pentru greşeala de a fi uitat să menționeze timpul cel mai prielnic pentru realizarea acestei operații (Martin C. Rosenthal, Journal of

the American Medical Association, Februar 1947, pag. 436). - Acest timp este important. L. Emmett Holt şi Rustin Mc.Intosh raportează că un copil nou născut are "o susceptibilitate specifică de a sângera între ziua a doua şi a cincea după naştere... Hemoragiile din această perioadă, deşi adesea fără consecințe, sunt uneori intense. Ele pot produce serioase perturbări organelor interne, în special asupra creierului şi să pricinuiască moartea prin şoc şi pierderea sângelu" (Holt Pedriatrics, Twelfth edition, New-York, Appleton-Century-Crofts, Inc. 1953, pag. 125-126). Se consideră că tendința pentru hemoragie este datorită faptului că elementul important de coagulare al sângelui, vitamina K, nu este formată în cantitate suficientă decât din ziua a cincea până la a şaptea. Dacă vitamina K nu este fabricată în tubul digestiv al copilului decât din ziua a cincea până la a şaptea, este olar că prima zi prielnică pentru executarea circumciziunii ar fi ziua a opta, exact ziua în care Dumnezeu a poruncit lui Avraam să circumcidă pe Isaac.

Un al doilea element de asemenea necesar pentru coagularea sângelui este prothrombina. O diagramă bazată pe date discutate în "Pediatria lui Holt" dezvăluie că în a treia zi din viața sugarului, prothrombina disponibilă este de numai 30% față de normal. Deci, orice operație chirurgicală efectuată la un copilaş în timpul acestei perioade, îl va expune la hemoragii serioase. Din diagramă putem vedea de asemenea că prothrombina se urcă în a opta zi la un nivel chiar mai înalt decât cel normal - 110%. Ea atinge atunci nivelul de 100% şi chiar peste. Este deci clar că în a opta zi sugarul are mai multă prothrombină disponibilă decât în oricare altă zi din întreaga lui viață. Pe baza determinării concentrației de vitamina K şi prothrombină se remarcă deci că ziua excelentă pentru o circumciziune, este ziua a opta.

Trebuie să aducem elogii multor sute de oameni harnici care au lucrat cu multă sârgiunță ani de-a rândul pentru a descoperi că ziua a opta este cea mai potrivită pentru realizarea circumciziunii... Felicităm ştiința medicală pentru această recentă descoperire, dar să răsfoim şi filele Bibliei. Ele ne vor reaminti vremurile de acum patru mii de ani când Dumnezeu, prin Avraam, a introdus circumciziunea. El a spus: "La vârsta de opt zile, orice copil de parte bărbătească dintre voi să fie tăiat împrejur" (Geneza 17:12).

Avraam însuşi nu a putut să aleagă această a opta zi pe bază de experiențe de secole, sau pe bază de încercări şi de greşeli. Nici el şi nici unul din tovarăşii săi din vechea cetate Ur, din Chaldeea, nu au fost circumcişi vreodată. Această zi a fost aleasă cu hotărâre numai de creatorul vitaminei K.

Circumciziunea Vechiului Testament era un simbol şi un prototip care aştepta cu nerăbdare pe Cristos şi circumciziunea pe care El o realizează asupra inimei noastre fireşti: "Ân El ați fost tăiați împrejur, nu cu o tăiere împrejur făcută de rnână, ci cu tăierea împrejur a lui Cristos, în dezbrăcarea de trupul poftelor firii noastre pământeşti" (Coloseni 2:11). - Aceasta însă este calea circumciziunii lui Cristos.

"De aceea omorâți mădularele voastre care sunt pe pământ: curvia, necurăția, patima, pofta rea şi lăcomia... Dar acum lăsați-vă de toate aceste lucruri: de mânie, de vrăjmăşie, de răutate... întrucât v-ați dezbrăcat de omul cel vechi cu faptele lui" (Coloseni 3:5-9).

Aşa cum Dumnezeu cerea circumciziunea fizică de la evreu, tot aşa astăzi El cere de la noi "calea circumciziunii lui Cristos" care înseamnă "să fim dezbrăcați de firea pământească" cu emoțiile sale de "mânie, pasiune, răutate" şi egocentrism. Astfel de circumciziune este de cel mai mare folos pentru om, deoarece îl scuteşte de aceste emoții şi sentimente neplăcute, care sunt categoric recunoscute de către psihiatria modernă ca fiind cauza sau agravarea celor mai multe boli. Emoțiile fireşti produc tensiuni pe care unele persoane competente le consideră acum ca fiind cauza tuturor bolilor (J. D. Ratcliff, "Stress the Cause of All Disease?", Reader's Digest, January 1955, pag. 24-28).

În timp ce circumciziunea fizică previne două cancere fatale, circumciziunea spirituală a lui Cristos asupra naturii noastre păcătoase, previne un număr cu mult mai mare de boli importante. Circumciziunea trupului aşteaptă cu nerăbdare circumciziunea spiritului (Deuteronom 10:12, 16; Ieremia 4:4; Romani 2:28-29; 4:11; Galateni 6:13-15).

Circumciziunea corporală nu este cerută astăzi de la creştini deoarece ea priveşte nerăbdătoare spre o circumciziune mai bună, pe care o realizează acum Cristos asupra minții şi inimii omului. (Faptele apostolilor 15:22-29).

Cel ce observă numai simbolul fizic al circumciziunii este un proscris spiritual şi de aceea este de înțeles de ce Dumnezeu face circumciziunea lui Cristos o condiție a celor ce-i aparțin: "Cei ce sunt ai lui Cristos Isus, şi-au răstignit firea pământească împreună cu patimile şi poftele ei" (Galateni 5:24).

Numai dacă această divină operație este realizată, omul se poate bucura de promisiunea Tatălui ceresc, că: "Nici una din aceste boli..."

4. Cinci milioane de minți turmentate

Telefonul meu sună pe la miezul nopții. Somnoros am ridicat receptorul, dar vocea de la celălalt capăt m-a trezit imediat: "Doctore poți să vii aici fără întârziere? Doi oameni au fost omorâți pe şoseaua principală şi alți doi sunt în stare gravă!"

Când am ajuns, acolo era adunată o mare mulțime. Un şofer a izbit marginea unui pod şi volanul i-a intrat în piept. O privire asupra lui mi-a arătat că orice ajutor era de prisos. Ceilalți trei ocupanți ai maşinii au fost aruncați în albia unui râu sec, la douăzeci-treizeci de metri mai departe. Una din acele persoane, o femeie, era moartă. O a doua femeie zăcea pe un parbriz distrus pe care l-a luat cu ea când a fost azvârlită înainte. Ea gemea de dureri. Un bărbat semiconştient era de asemenea jos în noroiul şi pietrişul pârâului.

Ce scenă groaznică! Maşina strivită, doi oameni schilozi, acoperiți cu sânge şi noroi şi două persoane care nu vor mai respira niciodată. Grozăvia catastrofei era deosebit de impresionantă. Ea ar fi putut fi prevenită dacă mintea şoferului nu ar fi fost răpită de un stupefiant.

În acea noapte am văzut grozăvia distrugerii, a suferinței şi a morții, care pot să survină atunci când mintea unei persoane este întunecată. Mărturisesc că memoria mea este mult prea slabă pentru a putea reda multiplele scene, mari sau mici în importanță, care se întâmplă zilnic din cauză că minții le a cinci milioane de americani sunt astfel jefuite de claritate. închipuiți-va un astfel de şofer beat la volanul unui autobus încărcat cu elevi, înclinat nebuneşte pe marginea unei prăpastii pe o şosea şerpuită. Imaginați-vă învălmăşala a douăzeci şi şase de copii îngroziți care încercau să-şi salveze viața sărind afară atunci când autobusul încetinea mersul la curbele şoselei.

Milton Golin publică în revista Asociației Medicale Americane un articol intitulat "Hoți a cinci milioane de minți" şi afirmă: "Băutura a subjugat cinci milioane de bărbați şi femei în Statele Unite aşa cum un cowboy prinde animalele şi noi victime se adaugă într-o proporție de 200.000 pe an" (Milton Golin, "Robber of Five Million Brains", Journal of the American Medical Association, July 19, 1958, pag. 1496).

Cât de multe decese sunt pricinuite de americanii parțial dezechilibrați de pe şoselele noastre? Un studiu intreprins în statul Delaware arată că alcoolul cauzează circa jumătate din decesele de circulație ("Motor-Vehicle Accidents", Journal of the American Association, March 30, 1957, pag.

1149). Un studiu similar efectuat de Departamentul de Stat al Sănătății din New-York şi Universitatea Cornell a arătat că în oraşul New-York 73% din conducătorii de automobile fiind beți s-au făcut răspunzători de accidentele în care au murit. (New-York State Departement of Health Bulletin, Vol. XIV, May 29, 1961, pag. 85). De asemenea în Westchester County, New-York, au fost efectuate analize de sânge la 83 de conducători auto care au murit în accidente de autoturisme individuale. Analizele au arătat că 79% din aceşti conducători auto au fost sub influența "băuturilor spirtoase" (Ibid., Vol. XI, July 14, 1958, pag. 113).

Dacă considerăm că chiar şi numai 50% din cele patruzeci de mii de decese anuale ca urmare a accidentelor de automobil ar fi cauzate de băuturile alcoolice şi aceasta ar fi suficient de mare act de acuzare împotriva acestui ucigaş caracteristic al unui număr de douăzeci mii de bărbați, femei şi copii americani. Mulți conducători auto au pierdut permisul de conducere pentru că au produs o omucidere pe autostrăzile noastre. Răul însă este că acesta - alcoolul - este autorizat legal pentru a continua măcelul a mii de oameni. Privilegiat şi legalizat el continuă un astfel de măcel.

În apărarea acestui masacru, se argumentează că impozitele noastre pe venituri ar fi mai mari dacă industria de băuturi spirtoase nu ar exista. Totuşi, multe studii arată că o jumătate de duzină de alte cheltuieli, ar fi mai mici. O societate de asigurări arată că taxele de asigurare auto ar fi reduse cu 40% "dacă conducătorii auto nu ar fi creat o astfel de problemă" (William N. Plymat, Buffalo Evening News, July 29, 1960, pag. 1).

Ce rol joacă aceşti cinci milioane de beți în alte morți violente, precum şi în omucideri? Nu voi uita niciodată noaptea aceea când am intrat într-o casă, unde am găsit un om beat apăsând revolverul încărcat pe tâmpla soției sale, mamă a 5 copii. Noroc că am sosit la timpul potrivit. Poate că prezența mea l-a obligat să-şi cruțe soția. A lăsat-o în pace, dar mi-a spus: "Dacă nu m-aş fi gândit că voi fi spânzurat pentru aceasta, i-aş fi zburat creierii."

Un studiu statistic arată că alcoolul joacă un rol important în tot felul de morți violente: "Ân urma autopsiilor efectuate timp de 27 ani, dr. William C. Wilentz medic şef al districtului Middlesex Counthy, N. J., arată că alcoolul era cauza determinantă în 41,2% din morțile violente" ("Incidence of Violent Deaths Tied to Alcohol Reported High", Medical Tribune, July 25, 1960, pag. 4).

Nici un stupefiant cunoscut omului, nu este mai larg folosit şi mai frecvent responsabil de decese, maltratări sau crime, decât alcoolul.

Este revelatoare o privire asupra problemei sinuciderilor, a unsprezecea cauză principală a morții violente care cuprinde anual douăzeci de mii. Statisticieni experți estimează că alcoolul este răspunzător pentru cinci mii din aceste decese (Eli Robins, "Recognition and Management of the Seriously Suicidal Patient", Medical Science, July 25, 1960, pag. 781).

Alcoolul fură mințile pe diferite căi. Când eram internist de spital, era obişnuit lucru să vezi în salonul spitalului un om călărind pe un elefant roz, imaginar. El țipa că este atacat de o turmă de bivoli colorați în oranj sau că este apucat de o gorilă stacojie. Până la sfârşit, el credea că într-adevăr călăreşte pe un asemenea elefant. Saloanele mari ale spitalului au devenit în acea zi un adevărat balamuc, deoarece omul țipa şi căuta adăpost. Uneori el încerca să scape prin fereastra pe care o spărgea spre a sări de la etaj. Noroc că infirmierele erau destul de iuți pentru a-l apuca de pulpana cămăşii de noapte şi a-l trage înapoi. Atunci când trebuia să legăm asemenea pacienți de paturile lor şi să le administrăm doze mari de morfină, unii mureau. Cu toată tehnica avansată de astăzi, mortalitatea din cauza deliriumului tremens este de 4% (Russell L. Cecil and Robert F. Loeb, Textbook of Medicine, Philadelphia, W. B. Saunders Co., 1959, pag. 1653).

Moartea rezultă şi din alte forme de vătămare alcoolică a creierului. Unele victime manifestă o tulburare a auzului care poate produce atâta frică încât unii pot să se sinucidă.

Alcoolul este unul din factorii cei mai importanți care fac ca demența să fie socotită problema de sănătate Nr. 1 a Americii. Un raport medical recent afirmă: "Circa 10% din internările în spitalele de boli mintale sunt înregistrate oficial ca datorită alcoolismului şi alte 10% sunt în mare măsură cauzate tot de alcoolism. în plus, spitalele obişnuite au în îngrijire de asemenea mulți alcoolici efectiv deranjați mintal" (Ibidem). De fapt 6% din alcoolicii cronici manifestă demență sub o formă oarecare (Frederick Lemere, "Final Outcome of Alcoholism", Modern Medicine, July 15, 1953, pag. 110).

Alcoolul atrofiază de asemenea şi mari suprafețe din creier, ceea ce duce la un mare procent de sinucidere lentă a personalității.

Alcoolul, acest tâlhar legal autorizat, ucide în fiecare an multe zeci de mii pe autostrăzile noastre. El împinge pe unii la crimă, omucidere sau sinucidere, iar pe alții îi pune în dosul gratiilor, ca maniaci, ca nebuni. Shakespeare, cuprins de uimire, a exclamat pe timpul său: "O, Doamne! Cum pot oamenii să pună în gurile lor un duşman care face să le fure pe furiş mințile" (Othello, ii. 3. 293).

Ba mai mult, efectele alcoolului nu se limitează cu siguranță numai la anatomia creierului. Un băutor care de curând era în cabinetul meu, se plângea că nu poate să ridice destul de sus mâinile când se bărbiereşte. Nu numai că fiecare al cincilea alcoolic manifestă paralizie parțială a unor muşchi, dar mulți dintre aceştia se plâng de dureri neurotice.

O treabă mult mai serioasă este ciroza din cauză că sângele din tractul gastrointestinal este împiedecat de a trece liber prin ficatul împietrit. Ca rezultat a presiunii inverse în vene, extremitățile inferioare devin umflate mult şi cavitatea abdominală este umtlată aşa de mult încât victima abia mai poate să respire. Noi putem să uşurăm suferința acută a abdomenului voluminos prin introducerea unui tub prin peretele abdominal şi să extra-

gem ceva lichid, dar din nefericire lichidul se reface la intervale scurte, iar pacientul moare. Ficatul obstrucționat poate de asemenea să producă presiune inversă şi să tumefieze venele esofagului. Aceste vene subțiate sunt predispuse la rupere atunci când este înghițită mâncarea şi poate să producă serioase hemoragii, de multe ori fatale. Ciroza apare de obicei între anii 35-65. Atunci când un medic asistă pe un suferind sau pe un muribund la o vârstă relativ tânără şi nu poate să-l ajute, se gândeşte în ce mod este pustiită viața din cauza unor anumite plăceri.

Îmi amintesc de o anumită zi a Anului Nou. Soția mea, împreună cu mine, ne-am sculat proaspeți şi fericiți şi ne-am bucurat deosebit de o gustare de dimineață cu grapefruit, fulgi de ovăz, şuncă şi ouă. La prânz am gustat din plin o masă de Anul Nou cu cele mai suculente garnituri. Dar nu tot astfel s-a întâmplat cu celelalte două perechi ce le aveam învitate la masă. Ei au întâmpinat Anul Nou cu băuturi şi şi-au irosit toată dimineața ținându-se de cap, înghițind aspirine şi luptând cu aspre senzații de grețuri. Nici unul din cei patru nu a putut să mănânce nici măcar o bucățică din superbul ospăț. Am constatat încă odată că viața era mult mai plăcută fără aceste "plăceri".

Alcoolicii sunt privați de o viață plăcută. Plăceri, ca: recreerea, muzica, arta, mâncarea, viața sexuală, vizita şi conversația, sunt umbrite, sau chiar absente în viața acestora.

Unii oameni ezită să urmeze calea creştinilor din cauză că aceştia nu dorese şi nu-şi permit unele "plăceri". Acestora li se recomandă să îmbrățişeze promisiunea: "Domnul... nu lipseşte de nici un bine pe cei ce duc o viață fără prihană" (Psalm 84:11). Ei trebuie să înțeleagă că poruncile Bibliei au fost scrise pentru ca oamenii să poată obține cele mai mari bucurii în viață.

Mâncarea, nu numai că încetează să facă plăcere alcoolicului, ci adesea îi dă tulburări din cauza unei serioase inflamații a mucoasei stomacului. El poate contracta un ulcer, sau să piardă mulți ani din viață din cauza unui cancer gastric. Alcoolul nu numai că îi fură omului mintea şi sănătatea, dar îi fură şi mulți bani din pungă. Banii care ar trebui să asigure hrana, îmbrăcămintea şi locuința pentru el şi familie, sunt foarte adesea aruncați pe tejghea. Din această cauză, sunt multe familii care nu cunosc niciodată subtilitățile unei vieți adevărate şi adesea pierderile duc la boală şi serioase neglijențe.

Băutorul pierde de asemenea multe zile fără a fi capabil să muncească. Statisticile arată că el pierde câştigul pentru munca pe o lună în fiecare an. Profesorii de la Universitatea Yale au arătat că eficiența sa în muncă este de numai 50% ("A Problem în Business and Industry", Yale Center of Alcohol Studies, pag. 251). De aci rezultă că bețivul este "un jumătate de om" deoarece îi lipseşte discernământul şi îndemânarea. El poate să devină implicat în dispute minore sau majore cu tovarăşii săi. Mintea sa a fost comparată cu un om care conduce un autovehicul în ceață. în fabrică este de asemenea expus la accidente. Un studiu asupra a 340 de pacienți care au

suferit leziuni din cauza accidentelor, a arătat că 48% au avut un nivel al sângelui de peste 0,5/1000 (pe litru).

Veniturile obținute din taxarea industriei băuturilor spirtoase sunt prea mici ca să poată acoperi cheltuielile extraordinare cauzate de alcool. Un studiu efectuat în Franța este cel mai revelator: "Ân anul 1950 cheltuielile directe suportate de stat de pe urma alcoolismului au fost de cca. 132 miliarde de franci, în timp ce veniturile trezoreriei realizate din desfacerea băuturilor alcoolice au fost de numai 53 miliarde franci. Pierderile din cauza productivității scăzute în muncă pricinuite de alcool, sunt estimate la cca. 325 miliarde franci pe an" ("Alcoholism", Journal of the American Medical Association, August 7, 1954, pag. 1366).

O publicație a Asociației Medicilor din America relatează că din cauza pierderilor în industrie pricinuite de acest "jumătate de om", tu şi eu, suntem excrocați anual cu peste 10 miliarde de dolari (Howard Earle, "They're Helping the Alcoholic Worker", Today's Health, Dezember 1960, pag. 73).

La aceste miliarde se adaugă multe alte milioane de cheltuieli pentru grija familiilor nevoiaşe ale alcoolicilor, pentru plata ajutoarelor de bătrânețe ale beților sărăciți, pentru plata îngrijirii în ospicii a demenților din cauza alcoolismului. Numai o parte din aceste cheltuieli ar fi fost cheltuite cu mai mult folos pentru cercetări medicale şi ar fi salvat omenirea de o largă varietate de boli.

Această colosală risipă de vieți şi de bani poate fi împiedecată dacă dăm ascultare sfaturilor din Cartea Cărților. "Nici una din aceste boli...", este promisiunea pentru cei ce împlinesc multele sfaturi biblice privitoare la beție. Aici este un pasaj care avertizează în mod precis, dar într-un limbaj pitoresc, asupra aspectelor economice, medicale şi sociale ale beției, până şi o descriere a delirium-tremensului:

"Ascultă fiule şi fii înțelept; îndreaptă-ți inima pe calea cea dreaptă. Nu fi printre cei ce beau vin, nici printre ceice se îmbuibă cu carne. Căci bețivul şi cel ce se dedă la îmbuibare, sărăcesc şi aţipirea te face să porți zdrențe... Ale cui sunt vaietele? Ale cui sunt oftările? Ale cui sunt neînțelegerile? Ale cui sunt plângerile? Ale cui sunt rănirile fără pricină? Ai cui sunt ochii roşii`? Ale celor ce întârzie la vin şi se duc să golească paharul cu vin amestecat! Nu te uita la vin când curge roşu şi face mărgăritare în pahar; el alunecă uşor, dar pe urmă, ca un şarpe, muşcă şi înțeapă ca un basilic, Ochii ți se vor uita după femeile altora şi inima îți va vorbi prostii. Vei fi ca un om culcat în mijlocul mării, ca un om culcat pe vârful unui catarg" (Proverbele lui Solomon cap. 23:19-21; 29-34).

5. Boli coronariene şi cancer în pachete

Într-o zi mă sună la telefon patronul unui depozit de coloniale. "Doctore" spuse el, "am primit o notiță de la Dna Henderson. A trimis-o pe furiş din casă. Bărbatul ei este aşa de bolnav încât aproape şi-a ieşit din minți. El nu vrea să-i permită să părăsească casa de frică că ea nu se va mai întoarce niciodată. Este speriată că el ar putea s-o ucidă şi doreşte ca dvs. să mergeți acasă la dânşii pentru a examina pe bărbatul ei."

Bărbatul dnei Henderson era înalt de peste un metru şi optzeci. A fost un flăcău puternic şi muşchiulos, dar acum trupul său se topea încet, iar ochii îi erau cufundați adâne în orbite. Părea mai mult o stafie decât un om. De luni de zile el nu a mai dormit din cauză că expectora sânge. Suferința şi nenorocirea sa a fost cumplită şi de lungă durată. Soția lui era înnebunită şi speriată din cauză că o amenința cu moartea dacă ar încerca să-l părăsească.

După ce l-am interogat şi examinat, diagnosticul era foarte probabil un cancer pulmonar. Am solicitat prin telefon să fie internat în spital. A fost o mare uşurare pentru toți când sosi ziua internării. Cu toate acestea, în spital, în timpul primei nopți, el a avut o hemoragie puternică şi fu sufocat în propriul său sânge. Autopsia a arătat un cancer larg răspândit la ambii plămâni.

Ce des se întâmplă această grozăvie sângeroasă în viețile multor bărbați şi femei! în fiecare an 35 de mii de americani sunt reduşi la tăcere prin moarte de către cancerul pulmonar. Această cifră arată că nici o statistică de cancer nu s-a urcat aşa vertiginos prin viteza şi numărul său ca şi cancerul pulmonar.

Cu câtva timp în urmă, în anul 1912, cancerul pulmonar era numit "cea mai rară dintre boli". După aceea, în anul 1920, el începu să crească. în anul 1940 şi 1950, cifrele de cazuri mortale au crescut într-o proporție de necrezut.

În Anglia, între anii 1924 şi 1951, proporția deceselor a crescut de 10 ori, în timp ce în Olanda ea s-a ridicat de 20 de ori (Alton Ochsner, Smoking and Cancer, New Jork, Julian Messner Inc., 1954, pag. 12; Today's Health, March 1959, pag. 54).

În statul New-York, în anul 1947, procentul de decese era îngrozitor, iar în anul 1957 cifra a fost dublată (Victor H. Handy, "Lung Cancer în Men", Health News, November 1958, pag. 16). în SUA, tributul total dat morții de cancerul pulmonar în timpul ultimilor 20 de ani a crescut cu 500% (Ochsner op. cit. pag. 18). în momentul de față mor mai mulți oameni din cauza lui, decât de alt cancer; de fapt unul din şapte care mor de cancer a trecut prin grozăviile cancerului pulmonar. Autoritățile competente declară că în curând fiecare a treia persoană care moare de cancer, va muri de cancer pulmonar. Este un drum lung din anul 1912 când era "cea mai rară dintre boli."

Care este cauza cancerului pulmonar? Când statisticile au tras semnalul de alarmă, medicii bănuiau cauza, dar a fost prea târziu când în anul 1949 Dr. E. L. Wydner a furnizat prima evidență statistică a relației dintre fumat şi cancerul pulmonar. în anul 1950 Wynder şi Graham raportează 684 de cazuri dovedite de cancer la plămâni, la bărbați şi la femei. Ei au constatat că din 605 cazuri la bărbați numai 8 au fost nefumători (Ibid. pag. 4).
Din Anglia a sosit o dare de seamă asupra unui studiu a 1357 cazuri de cancer pulmonar. în această mare grupă de victime s-au găsit numai 7 nefumători (Ibidem pag. 14).

În anul 1958 optsprezece studii ştiințifice în 5 țări diferite au dovedit că tutunul este, fără îndoială, vinovatul care produce în fiecare an zeci de mii de morți prin sufocare în urma cancerului pulmonar (David Rutstein, Cancer, March-April 1958, pag. 46).

Cel mai vast din cele optsprezece studii asupra efectelor fumatului a fost făcut de către Societatea Americană de Cancer (E. C. Hamond and Daniel Horn, "Smoking and Death RatesReport on 44 Months of Follow-Up of 187 783 Men", Journal of the American Medical Association, March 15, 1958, pag. 1294-1308). Această organizație a urmărit atent studiile asupra a 187.783 de oameni în vârstă de la 50 la 69 de ani pe o perioadă de 44 luni. Aceşti oameni, fumători şi nefumători, erau tipic americani, trăind în regiuni total diferite ale țării. Mai întâi a fost efectuat cu mare grijă un chestionar asupra obiceiurilor de fumat ale acelora care fumau. în timpul celor 44 de luni au murit 11.870 de oameni. Au fost efectuate fotocoii ale certificatelor lor de deces şi cauzele morții au fost înregistrate cu grijă într-un tabel. Rezultatul acestui vast studiu a dovedit dincolo de orice îndoială, că fumatul nu numai că este cauza principală a cancerului pulmonar, dar este de asemenea răspunzător de multe alte cancere, precum şi a unui număr surprinzător de mare de decese din cauza altor boli. Studiul arată că la fumători era:

1. O asociere extrem de mare între... cancerul pulmonar, cancerul laringelui, cancerul esofagului şi ulcerul gastric;

2. O asociere foarte mare între... pneumonie şi gripă, ulcer duodenal, ancorism aortic şi cancer al vezicii urinare;

3. O asociere mare între... bolile arterelor coronariene, înnăsprirea cirozei ficatului şi cancerul localizat în alte părți ale organismului;

4. O asociere moderată între leziuni cerebralo-vasculare şi apoplexie (Ibidem pag. 1308).

35.000 de bărbați şi femei mor în mod curent de cancer pulmonar. Dar fumatul este cauza şi a multor alte cancere ale organismului. Cea mai sigură cale de a muri prematur şi de o boală chinuitoare, este de a cumpăra cancerul în pachete.

Oricine îşi poate pune întrebarea cum poate fumatul să producă cancer în organism, ca de exemplu la vezica urinară care este aşa depărtată de țigări. Dar oamenii de ştiință au identificat acum în fumul de țigară opt substanțe chimice diferite care pot să producă cancer atunci când sunt injectate la animale. Ele sunt produse solubile care pot fi răspândite în organism prin circuitul sanguin. Una din aceste substanțe este dibenzpyrenul 3,-4,-9,-10. Atunci când acesta a fost injectat la 4000 de şoareci, fiecare din aceştia a contractat cancer şi a murit (Scope, February 13, 1957).

Poate filtrul să elimine aceste cancerigene? Sunt filtrele un ajutor sau o păcăleală? asupra filtrelor s-au făcut studii amănunțite. Ele au fost rezumate de către medicul şef al Departamentului Sănătății Publice al SUA: "Nici o metodă de tratare a tutunului prin filtrarea fumului nu a demonstrat să fie eficace în reducerea materială a conținutului sau în eliminarea şansei cancerului pulrnonar" (L. E. Burney, "Smoking and Lung Cancer", Journal of the American Medical Association, Nov. 28, 1959, pag. 1829; L. M. Miller and James Monahan, "The Facts Behind Filter-Tip Cigarettes", Reader's Digest, July 1957, pag. 33-39).

Acum câțiva ani am fost solicitat în plină noapte pentru a îngriji un om care trecea prin dureri cumplite din cauza inimei sale. Când am sosit, fața omului era gri-cenuşie, ochii larg deschişi, pupilele mult dilatate şi globul ocular era insensibil la atingere. El nu mai respira, inima lui nu mai bătea. Murise de un atac de inimă pricinuit de o mare coagulare de sânge în arterele care alimentau inima. Sistemul coronarian blocat este şeful tuturor călăilor. El a smuls viața a 474 000 de bărbați şi femei în această țară în anul 1959 ("Mortality From Selected Causes, by Age, Race, and Sex: United States 1959" Vital Statistics, September 22, 1961).

În buzunarul cămăşii pacientului meu era un pachet de țigări în parte gol. Poate fumatul să producă o boală de inimă? într-un studiu monumental al Societății Americane de Cancer asupra a 187 000 de oameni, s-a constatat că moartea de boli coronariene era cu 70% mai mare printre fumători față de grupa comparabilă de nefumători. Acest studiu a arătat că, cu cât un om a fumat mai mult, cu atât mai mare este predispoziția de a muri de o boală de inimă. Pentru cei care fumau o jumătate până la un pachet de țigări pe zi, proporția de decese era aproape dublă. Pentru cei care au fumat două pachete pe zi, mortalitatea era chiar şi mai mare.

Aş vrea să atrag atenţia asupra unuia din graficele unui studiu uriaş efectuat de Societatea Americană de Cancer şi publicat în Journalul Asociaţiei Medicale Americane. în timpul perioadei de studiu au fost 7316 cazuri mortale în grupa celor care au fumat ţigări. Statisticienii au reprezentat prin grafice că s-ar fi putut întâmpla numai 4651 decese "dacă procentele de decese specifice vârstei celor fumători, ar fi fost aceleaşi ca la oamenii care n-au fumat niciodată". Iată aci graficul:

Boli coronariene	1.388	52,1%
Cancer pulmonar	360	13,5%
Alte cancere	359	13,5%
Alte boli de inimă	154	5,8%
Boli de plămâni	150	5,6%
Boli vasculare - cerebrale	128	4,8%
Ulcere gastrice şi duodenale	75	2,8%
Ciroza ficatului	40	1,5%
Toate celelalte	11	0,4%
Total	**2.665**	
Decese constatate	*7.316*	
Decese scontate	*4.651*	
Surplus de decese	*2.665*	

Surplusul de decese provine de la oamenii care în trecut au fumat regulat ţigări (E. C. Hammond and Daniel Horn, op. cit. pag. 1307).

Cu alte cuvinte, unul din trei oameni studiaţi a murit din cauză că era fumător.

Câţi oameni ar vrea să se angajeze într-o călătorie cu avionul dacă rapoartele ar arăta că unul din trei călători ar fi sortit să moară într-o prăbuşire de avion? Şi cu toate acestea unul din trei oameni porneşte în viaţă cu ţigări şi va fi victima unei morţi din cauza nicotinei.

Metafora cu avionul mai are şi o altă aplicaţie. Dacă vă angajaţi într-o călătorie cu avionul şi decolaji, este foarte dificil şi riscant de a mai părăsi avionul chiar dacă aţi fi ferm decişi să faceţi acest lucru. La fel se întâmplă cu individul care se antrenează la fumat. El va fi curând încătuşat într-un obicei din care nu va mai fi capabil să scape.

Care este pricina morţii unui procentaj atât de mare de fumători? Din grafic se observă că mor de cinci ori mai mulţi fumători de o boală coronariană decât de un cancer pulmonar. Studiul arată că unul din trei decese coronariene se datoreşte fumatului. Anual mor 474.000 de americani de boli coronariene. Dintre aceştia, fumatului se atribuie 155.000 de cazuri fatale de inimă, ceea ce înseamnă că cele 70.000 decese de cancer din cauza fumatului este comparativ o cifră scăzută.

Fumatul nu numai că este factorul unic în cauzarea caneerului pulmonar, dar este şi un factor important în producerea atacurilor fatale de inimă. Comparând o țigară cu un cui de coşciug, este o expresie mai mult decât figurativă.

Care este mecanismul prin care fumatul poate să pricinuiască un atac fatal de inimă? în anul 1956 la o întrunire din Chicago a Asociației Medicale Americane am văzut un aparat care măsoară cantitatea de sânge ce curge prin corp. Citirea era făcută pe un tambur rotitor care înregistra cantitatea de sânge ce curge prin artere. S-a făcut mai întâi o citire de bază. Apoi li s-a dat medicilor să fumeze țigări. După numai câteva pufăituri, acul indicator a scăzut rapid demonstrând astfel că fumatul reduce în mod simțitor circulația sângelui. Deoarece atacurile cardiace sunt accelerate printr-o lipsă de sânge în vasele coronarâene, este evident că fumatul pricinuieşte multe atacuri fatale de inimă.

Un alt motiv al acestor atacuri de inimă este faptul că nicotina atrage după sine colesterolul care formează depozite de grăsime în interiorul vaselor de sânge, reducând în mod simțitor circulația sângelui şi facilitând formarea cheagurilor de sânge. Reducerea circulației sângelui şi deteriorarea arterelor poate să provoace tulburări serioase în alte organe. în creier, arterele deteriorate pot provoca cheaguri, cauza apoplexiilor. Un studiu pe scară largă a arătat că procentul de decese prin apoplexie este cu 30% mai mare la fumători (Ibidem pag. 1305). întrucât 192.980 de oameni au murit în anul 1958 de apoplexie, procentajul mai sus menționat este indiscutabil surprinzător (World Almanac and Book of Facts for 1960, New-York World Telegram and the Sun, pag. 307).

Ca rezultat al descreşterii circulației sângelui, fumătorii sunt de asemenea predispuşi pentru gangrene la picioare. După instalarea gangrenei, amputarea piciorului este absolut necesară.

Fumatul poate să pricinuiască boli de ochi şi orbirea (H. S. Hedges "Eye Damage By Alcohol", Journal of the American Medicaa Association, Febr. 18, 1956 pag. 604).

Fumatul este acuzat de asemenea de a avea partea lui în producerea sclerozei multiple şi hipertensiunii arteriale (J. D. Spillane, "Nicotine and the Nervous System", Journal of the American Medical Association, Febr. 18, 1956, pag. 584; "Cigarette Smoking", Journal of the American Medical Association, May 19, 1956, pag. 301).

În bolile de plămâni, precum pneumonia, gripa, tuberculoza şi astmul, procentul de mortalitate este aproape de trei ori mai mare ca acel al nefumătorilor (E. C. Hammond and Daniel Horn, op. cit. pag. 1296).

O altă stare obişnuită şi serioasă produsă de fumat este emfizemul. Această stare rezultă din "tusea tabacică" care distruge delicatele celule ale aparatului respirator. Emfizemul este chiar mai obişnuit decât cancerul

pulmonar şi cu o perspectivă şi mai întunecată. Un raport recent asupra a 19 bărbți şi 6 femei care aveau această stare de slăbire, a arătat că toți erau fumători serioşi (Francis C. Lowell, William Franklin, Alan L. Michelson and Irving W. Schiller, The New England Journal of Medicine, January 19, 1956).

Pericolul fumatului în cazurile de astm este clar enunțat prin acest citat al Clinicii Mayo: "Fumatul este una din sursele cele mai obişnuite ale iritației bronchiilor şi măreşte în mod invariabil tusea şi astmul. Limba, tusea şi gâtlejul fumătorului riu sunt o născocire, iar când fumatul este întrerupt, aceste efecte ale tutunului se limpezesc în cele mai multe cazuri. Fumatul are de asemenea un efect de iritare al laringelui. Dacă un pacient are astm, el trebuie nu numai să reducă fumatul, ci trebuie să-l lase complet" ("Smoking and Asthma" Journal of the American Medical Association, December 12, 1952, pag. 1540).

Fumatul poate avea influență chiar şi asupra celor din cameră. F. L. Rosen şi A. Levy au raportat cazul unui copil care avea atacuri astmatice caracteristice, care au fost uşurate imediat ce părinții săi au încetat să fumeze, dar care au fost reînnoite atunci când părinții săi au reînceput să fumeze (F. L. Rosen, and A. Levy, "Bronchial Asthma Due to Allergy to Tobacco Smoke in an Infant", Journal of the American Association, October 21, 1950, pp. 620-621).

Într-o seară am fost chemat să consult un copil în vârstă de patru anişori, care lupta între viață şi moarte ca să-şi recapete respirația. El se afla într-o cameră în care şase oameni fumau. Chiar după ce a fost dus în camera sa de dormit şi în ciuda injecțiilor cu adrenalină şi alte măsuri, necazul persista şi a trebuit să fie scos afară din casă şi transportat într-un salon de spital fără fumători.

Ulcerele gastrointestinale sunt de asemenea produse şi agravate prin fumat. Orice medic în practica generală are un număr de pacienți care sunt chinuiți de ulcere şi care ştiu că fumatul este la baza necazului lor. în ciuda chinurilor şi a cheltuielilor de sute de dolari pentru tratament, aceşti oameni blestemă adesea din toată inima, ziua în care au început să fumeze, dar pretind că ei nu mai pot să se lase de fumat.

Chiar şi ulcerele duodenale care le localizează mai jos de stomac, produc de două ori mai multe decese la fumători comparativ cu nefumătorii (E. C. Hammond, and Daniel Horn, op. cit. pag. 1306). în studiul făcut de Societatea Americană contra Cancerului, menționat mai înainte, au fost 51 de decese din cauza ulcerelor gastrice. Fiecare dintre aceşti morți a fost un fumător (Ibidem). în anul 1958 au murit de ulcere duodenale şi gastrice 10 740 de americani. Fumatul pricinuieşte multe mii de decese în sfere nebănuite de către cetățeanul obişnuit.

Trebuie menționat şi efectul fumatului la femei. Singurul motiv că sunt mai puține femei decât bărbați, este acela că nu au fost fumătoare atât de mulți ani ca bărbații. Dr. P. Bernard a făcut studii asupra a 5458 de femei. în orice

caz tutunul are un efect mult mai întins la femei decât la bărbați. El a observat de exemplu că dereglările glandei tiroide erau aproape de şapte ori mai frecvente la femeile care fumau față de acelea care nu fumau. Tulburările menstruale existau la peste 36% la cele fumătoare în comparație cu 13% la cele nefumătoare. Simptome de îmbătrânire prematură au fost observate la 67% la fumătoare, iar la cele nefumătoare mai puțin ca 4%. De asemenea s-a observat o creştere de avorturi şi naşteri premature (P. Bernard, "Injurious Effects of Cigarette Smoking în Women", Journal of the American Medical Association, October 15, 1949, pag. 492).

Dacă cineva ar totaliza decesele de cancer pulmonar şi ale altor regiuni ale corpului, plus decesele de apoplexie, pneumonie, gripă, tuberculoză, emfizem, astm, ulcere şi deranjamente coronariene, decese în care tutunul joacă un rol major, totalul general ar fi între douăsute de mii şi treisute de mii de americani pe an. Serviciul Public al Sănătății din SUA are puterea de a preveni această mulțime de decese. Puterea sa a fost demonstrată în luna octombrie 1959, când Departamentul a pus restricții serioase asupra vânzării merişorilor. Era numai o probabilitate redusă că lichidul pulverizat folosit la merişori ar fi putut produce cancer la oameni, deoarece ființa omenească ar fi trebuit să mănânce şapte mii de kg. de merişori pentru a obține o cantitate echivalentă de lichid pulverizat care ar putea provoca cancer la şoareci. Din cauza posibilității unor astfel de tulburări, guvernul a interzis tocmai înainte de ziua recoltei vânzarea merişorilor stropiți (cu insecticide). Dar tutunul este dovedit un duşman a zeci de mii în fiecare an şi guvernul pare să închidă ochii în fața acestei realități. Să privim în față şi cinstit motivul care stă la baza acestui paradox. Orice partid politic care ar ataca cele cinci miliarde de dolari ale industriei tutunului ar comite o sinucidere politică. Societățile cu merişoare pot să se scalde în noroi, dar nu merişorii goliați ai nicotinei. Cu toate că guvernul numără cu sutele de mii pe ucişii săi prin tutun, nu renunță să numere nici miloanele de dolari realizate din taxele pe țigări, părând a fi lipsit de conştiință întocmai ca o maşină LBM. Aşa cum Nero stătea departe şi cânta din liră în timp ce Roma ardea, aşa şi guvernul nostru pare a fi indiferent în timp ce prin arderea nicotinei sacrifică anual cel puțin douăsute de mii de bărbați şi femei americane. Sperăm ca el să întreprindă o acțiune înainte ca tutunul să-şi reclame mult mai multe vieți.

De ce îşi bagă oamenii capul în lațul obiceiului de a fuma? Nu din cauză că ar fi o senzație plăcută, deoarece la început malți au grețuri. De ce încep atunci să fumeze? îmi amintese de sosirea noastră la Philadelphia după unul din turneele din Africa. în timp ce făceam cumpărături într-un mare magazin, fetița noastră în vârstă de trei ani a băgat nişte bucățele de hârtie în gură. După ce i le-am scos am întrebat-o: "Linda de ce ai băgat aceste bucățele de hârtie în gură?" "Tăticule, orice om în America are foc în gură; acesta este focul meu", mi-a răspuns fetița.

La preadolescenți şi adolescenți, fumatul este un semn al maturității. Este o acreditare de a arăta lumii că au ajuns la maturitate. De ce continuă?

Nicotina, fie inhalată, fie injectată cu un ac, este un drog ce produce obişnuinţă şi cere tot mai mult şi mai mult.

Îmi amintesc de o tânără care frecventa un institut superior acum câţiva ani. Ea se credea destul de emancipată şi inteligentă pentru a-şi permite să fumeze puţin, pe ascuns. Ea considera regulamentele colegiului ca fanatice, radicale şi nebuneşti. Deoarece comportarea ei trebuia să fie prea rigidă, până la urmă a plecat din acest colegiu în altă parte. Au trecut foarte mulţi ani de atunci. Spre surpriza mea, acum câteva luni m-a chemat la telefon ca să mă întrebe ce ar putea face ca să nu mai fumeze. A intervenit ceva şi dânsa ar fi dorit să se debaraseze de acest obicei. O de aş cunoaşte un leac s-o fac fericită şi s-o eliberez din sclavia aceasta. Acum ea recunoaşte că maturitatea de care era mândră acum câţiva ani, este astăzi cea mai dezamăgitoare iluzie. Libertatea pe care a căutat-o, a înrobit-o şi acum o chinuia.

Unul din colegii mei, un medic, a abandonat fumatul acum şase ani, după ce fumase majoritatea vieţii lui. L-am întrebat dacă i-a fost greu să se lase de fumat. "NU" spuse el continuând "după ce mi-am venit cu adevărat în fire şi m-am eliberat, m-am descotorosit de cea mai mare pacoste din viaţa mea." "Ce? Eu credeam că oamenii fumează ca să se distreze", am ripostat eu. "Nicidecum" îmi răspunse. "M-am descotorosit de o mare pacoste; eram întotdeauna în aşteptaxe după ţigări, după chibrituri, după locurile unde să arunc mucurile şi scrumul de ţigară. Am făcut găuri în hainele mele şi în mobilă. Când am scăpat de fumat m-am descotorosit de cea mai mare neplăcere pe care cineva ar putea s-o aibă vreodată." Acesta este numai unul din multele mii de cazuri printre medici care au decis că este o nebunie a continua să mai fumeze.

O surprinzătoare schimbare de atitudine s-a produs în ultimii 8 ani. Revistele Asociaţiei Medicale Americane (A.M.A.) nu mai acceptă să publice nici o reclamă pentru companiile de ţigări şi nici o companie de tutun nu mai are permisiunea de a lua parte la congresele A.M.A.

Cu câţiva ani în urmă, aerul la întrunirile noastre medicale era albastru de fum. O zi-două după aceste întruniri vorbeam ca şi cum aş fi fost un fumător. în iunie 1961 la una din întrunirile secţiei în oraşul New-Jork, fiind de faţă circa 200 de medici, am fost aşa de impresionat de aerul sănătos şi curat pe care îl respiram încât am decis să număr câţi medici fumau. Numărai numai trei. Cu câţiva ani înainte erau poate 75. Ce contrast!

O schimbare de atitudine s-a produs din cauză că în timpul ultimilor ani ştiinţa medicală a descoperit şi demonstrat că fumatul este cauza cea mai importantă pentru:

Ucigaşul public nr. 1 - boala de inimă;
Ucigaşul public nr. 2 - cancerul.

Cu toţii trebuie să fim mulţumiţi că ştiinţa medicală are ochii deschişi asupra pericolului fumatului.

Cu atât mai mult trebuie să fim mulţumitori Domnului, pentru că El a avertizat poporul Său şi a salvat mulţimi fără număr de la o diversitate de boli şi decese oribile, cu mulţi mai înainte ca să se fi făcut studii ştiinţifice.

Un cetăţean îmi mărturisea că s-a convertit într-un mediu unde nu se predica contra fumatului. El a declarat că Duhul Domnului i-a spus să se lase de fumat. A găsit foarte curios ca Dumnezeu să-i facă o solicitare atât de neobişnuită, dar el a fost ascultător. Ceva mai târziu a citit pasagii din Biblie care i-au confirmat atitudinea pe care a luat-o.

Cu toate că tutunul nu era folosit atunci când s-a scris Biblia şi de aceea nu este menţionat expres, influenţa multor versete a fost suficientă pentru a păzi milioane de creştini de folosirea tutunului sub ori ce formă. Aceste avertismente, c;orelate cu observaţiile celor ce foloseau tutunul, cu expectoraţiile lor, mirosul, fumul şi mai ales bolile lor, au impiedecat pe creştini de a-l tolera. Pentru un creştin, toleranţa ar fi nepotrivită cu ascultarea de ceea ce spune Scriptura:

"Nu ştiţi... că trupul vostru este Templul Duhului Sfânt care locuieşte în voi şi că voi nu sunteţi ai voştri? Căci aţi fost răscumpăraţi cu un preţ. Proslăviţi dar pe Dumnezeu în trupul vostru şi în duhul vostru care sunt ale lui Dumnezeu" (1 Corinteni 6:19-20).

"Dacă nimiceşte cineva Templul lui Dumnezeu, pe acela îl va nimici Dumnezeu, căci Templul lui Dumnezeu este sfânt şi aşa sunteţi şi voi" (1 Corinteni 3:17).

"Deci fie că mâncaţi, fie că beţi, fie că faceţi altceva, să faceţi totul pentru slava lui Dumnezeu" (1 Corinteni 10:31). Ascultarea de Duhul lui Dumnezeu şi mustrările, permit oricui să se bucure de viaţă cu ochii închişi şi de promisiunea Sa că "Nici una din aceste boli... .

6. Ei au de plătit diavolului.

Clic, clic, clic! În Africa, când am auzit clinchetele subțiri şi repezi ale unui baston izbind drumul pietruit, ştiam că era sâmbăta, ziuna cerşetorului. Unul din primii care sosi, era orbul Alpha, ai cărui ochi erau numai pe vârful bastonului său.

Cine a păcătuit? Acest cerşetor orb, sau părinții săi? Probabil părinții săi deoarece gonoreea (blenoragia) la mamă este cauza cea mai obişnuită a orbirii pe viață pentru generația următoare. Atunci când mama este infectată de gonoree, ochii copilului pot să se infecteze în timpul naşterii. Infecția gonoreică a noilor născuți este foarte gravă şi răneşte ochii încât copilul nu mai poate să vadă.

Africa şi Orientul au multele lor mii de cerşetori orbi, majoritatea orbiți prin gonoree. Singura lor hrană sunt fărămiturile ce cad rareori de la mesele unui popor sărăcit. Atunci când aceştia cer pâine, adesea sunt bombardați cu pietre în timp ce o haită de câini slabi şi râioşi îi gonesc afară din oraş. Când se lasă noaptea, cerşetorii pot să pipăie cu băgare de seamă drumul afară din pădure pentru ca să doarmă sub un balcon, care le oferă oarecare protecție împotriva ploilor torențiale şi a animalelor sălbatică din junglă.

În țara noastră - SUA - nu vedem cerşetori orbi umblând pe străzi. în schimb ei îşi pipăie uşor cu mâna calea în jurul coridoarelor din azilurile noastre. Nu sunt mulți ani de când cca. 90% din orbii azilurilor noastre erau acolo din cauza gonoreei. Azi, în regiunile unde nitratul de argint nu există, pierderea vederii la noii născuți este într-adevăr colosală din cauza acestei calamități venerice. Cât de tragic este faptul că sute de mii de oameni orbi, fără siguranță, trebuie să plătească diavolului pentru păcatele părinților lor!

Sifilisul este de asemenea cauza că se nasc copii chinuiți şi morți. Dacă un copil infectat trăieşte, el poate să rămână cu diferite defecte fizice sau mintale. Prețul nu este plătit de aceşti copii cu deficiențe mintale (ei nu-şi cunosc necazul), dar este plătit scump şi amar de părinții lor care privesc cu remuşcări zilnic şi toată viața la copiii lor deformați şi nesănătoşi. în anul 1946, un articol medical raporta starea lucrurilor din SUA. "S-a estimat că în fiecare an... mai mult de 50 000 de copii se nasc cu sifilis congenital" (Harold Thomas Hyman, An Integrated Practice of Medicine, Philadelphia, W. B. Saunders Co., 1946, pag. 332).

Este neîndoios că penicilina a redus această cifră cu foarte mult. Unii din aceşti copii ruinați păstrează urme în corpurile lor şi minții le lor care arată consecințele grave ale caracterului distrugător al sifilisului. Ei confirmă veracitatea avertismentului Scripturii de pedepsire divină a "fărădelegii

părinților în copii şi în copiii copiilor până în al treilea şi al patrulea neam" (Exod. 34:7). în total, ştiința medicală cunoaşte cinci boli venerice cu urmări de complicatii debilitare.

Nu voi uita curând primul caz de gâtuire a canalului urinar (uretrei) pe care l-am văzut în timp ce eram în Africa. Victima era un om în vârstă de 30 de ani. Problema lui era că de mulți ani urina nu putea să treacă prin canalul normal. Blocarea canalului era pricinuită de o infecție contractată în urma unei "dragoste". Urina astfel obstrucționată a săpat alte mici canale la stinghie în jurul scrotului. Era într-adevăr un aspect jalnic. El a găsit că această plată față de diavolul era o afacere prea costisitoare.

Uneori femeile au de plătit un preț şi mai mare ca bărbații. Acum câteva decenii prelegerea introductivă a unui profesor ginecolog (boli de femei) ținută în fața studenților săi cuprindea o declarație de felul următor: "Blestemați ziua când o femeie intră în cabinetul vostru cu o boală inflamatorie a pelvisului." El a făcut declarația luând în considerare suferința îngrozitoare şi invaliditatea pe toată viața, pe care gonoreea o poate produce femeii. Gonococul, după provocarea unei vaginite purulente în profunzime, se răspândeşte în sus prin uter la trompe, ovare şi la cavitatea abdominală. De aici rezultă febră ridicată, vomitări şi dureri abdominale cumplite din cauza peritonitei localizate şi a formării abcesului. După câteva săptămâni de dureri cumplite, femeia are un răstimp foarte scurt de repetarea aceloraşi simptome şi chinuri. Cronicile arată că sănătatea şubredă, neputința, suferința, sterilitatea, nefericirea şi moartea prematură pricinuite degonoree înregiunile înapoiate ale lumii, se cifrează încă la milioane de oameni. Aceşti oameni au de plătit diavolului din cauză că ei nu au acordat nici o atenție cuvântului lui Dumnezeu: "Să nu curvim, cum au făcut unii dintre ei aşa că într-o singură zi au căzut douăzecişitrei de mii" (1 Corinteni 10:8).

Odată cu apariția medicamentelor pe bază de sulf şi a penicilinei, s-a crezut că boala venerică va fi distrusă complet, deoarece atunci când a apărut penicilina la începutul anului 1940, cazurile de boli venerice au început să scadă în țările civilizate. Această descreştere a continuat până în anul 1950 când a luat din nou un sens ascedent în Statele Unite.

În Suedia a fost de asemenea o descreştere a cazurilor de gonoree din 1946 până la 1949. Acum aflăm că gonoreea "âncepând din 1949 a săltat extraordinar. De fapt, între anii 1949 şi 1952 gonoreea "s-a dublat în districtul Stockholm". Din anul 1953 numărul cazurilor de gonoree depăşea totalul altor zece boli contagioase principale (Johan Wintzell, Svenska lakartidningen, April 2, 1954, abstracted în the Journal of the American Medical Association, July 15, 1954, pag. 1097). Aceste creşteri au apărut în ciuda marelui accent pus pe propaganda educativă. Diavolul, desigur, culege tributul său oricând şi oriunde oamenii nu respectă avertismentul biblic: "Fugiți de curvie! Ori ce alt păcat pe care îl face omul este un păcat săvârşit în afara trupului, dar cine curveşte, păcătuieşte împotriva trupului său" (1 Corinteni 6:18).

Militarii americani din Coreea au constatat că nici chiar penicilina nu îi scutea să plătească tribut diavolului. în anul 1959 Ernst Epstein arăta că speciile de gonococi au devenit acum rezistente la penicilină nu numai printre trupele americane din Coreea, ci de asemenea şi printre cele din Japonia, Anglia şi America. El concludea: "Din punct de vedere clinic apariția speciilor rezistente la penicilină ale gonoreei, are o însemnătate gravă. Gonoreea acută nu mai poate fi considerată mult timp, fără îngrijorare, ca o boală care are un tratament sigur... Ambele probleme ale gonoreei cronice la mascul şi la purtătorul asimptomatic... au revenit. Este probabil numai o chestiune de timp până când rezistența penicilinei va fi cunoscută pe scară crescândă în toată lumea" (Ernst Epstein, "Failure of Penicillin în Treatment of Acute Gonorrhea în American Troops în Korea", Journal of the A.M.A., March 7, 1959, pag. 1054). Va fi nevoie de studii în continuare înainte ca să putem accepta această concluzie.

Din Anglia ne vine un alt raport: "Faptul că în ciuda penicilinei şi a altor antibiotica, cazurile de uretrită venerică la bărbați precum şi gonoreea la femei s-au înmulțit în timpul anului 1952, trebuia să restrângă orice tendință de mulțumire de sine asupra poziției bolii venerice sau a vreunei tentații de a exagera efectul antibioticelor asupra acestor boli. Promiscuitatea sexuală este încă răspândită şi atâta timp cât aceasta va dăinui, pericolul bolilor venerice persistă" (Journal of the A.M.A., February 13, 1954, pag. 608).

Oameni tineri şi mai vârstnici din lumea întreagă au încercat să evite plata unui tribut diavolului, dar statisticile medicale dovedesc că au fost învinşi. Cifrele transmise de Inspectoratele Naționale în 1957 arată că: "boala venerică la adolescenți a crescut în 11 state; izbucniri noi epidemice sunt aduse la cunoştință în 19 state" ("Syphilis Again on the Increase" Journal of the A.M.A., Apri120, 1957, pag. 1545). Comparând cifrele din anul 1955 cu cele din 1959 pentru sifilis, constatăm că în cei patru ani procentul a săltat: în Washington DC, 208%, Los Angeles 291%, Houston 378%, San Francisco 591%, în timp ce la New-Orleans procentul s-a urcat până la nori, la 818% (Howard Whitman "The Slavery of Sex Freedom", Better Homes & Gardens, June 1957, pag. 59). Cauza principală a creşterii este atribuită declinului standardului moral.

Există un alt mit care mai persistă, că boala venerică poate fi prevenită dacă se foloseşte inteligența. O fată care avea realații sexuale numai cu un singur prieten, credea că este sănătoasă. Es a fost grozav şocată când doctorul ei i-a spus că era infectată. Un "urmăritor veneric" a dat în vileag următoarele: băiatul a avut tovărăşie cu încă o singură fată. Dar această fată a avut relații cu alți cinci bărbați care la rândul lor au fost cu 19 femei, unele din ele prostituate. Fata care credea că mediul său înconjurător s-a limitat la o singură persoană, a avut contact prin el cu cel puțin alți 92 de inşi (Sylvanus M. Duvall "Fiction and Facts About Sex", Reader's Digest, June 1960, pag. 128).

Casele oficiale de prostituție ai căror locatari sunt examinați medical, nu previn boala venerică, aşa cum odată se credea. în momentul da față ele măresc răspândirea acestor boli. Dr. Walter Lentino, ofițer de control al bolilor venerice din armata SUA, constată într-un studiu efectuat, că 80% din toate cazurile de boli venerice au provenit prin casele de prostituție". Au fost astfel inspectate toate casele din punct de vedere medical. Dr. Leontino scrie: "Inspecția medicală a prostituatelor, chiar dacă se realizează cu cea mai mare cinste şi scrupulozitate, nu poate să determine cu precizie acceptabilă infectarea unei prostituate. Astfel fiind cazul, orice certificare în ceea ce priveşte independența de a comunica boala venerică la o prostituată nu are nici un sens şi acordă o acoperire consfințită acestui comerț, care este cu totul amăgitoare. De fapt, un novice nebănuitor care aude că prostituatele sunt "medical în regulă" este eliberat de frâna fricei care altfel ar fi putut să-l oprească de a merge la o casă de prostituție. De fapt prin aceasta (acoperire) se poate încuraja răspândirea bolilor venerice" (Walter Leontino, "Evaluation of a System of Legalizad Prostitution" Journal of the A.M.A., May 7, 1955, pag. 22).

Ascultarea de sfaturile lui Dumnezeu cuprinse în Cartea Călăuzitoare (Biblia) a fost şi mai este încă cea mai bună cale pentru a evita efectele dăunătoare şi dezastruoase ale bolilor venerice. Oricine caută cu încăpățânare să ocolească îndemnurile Tatălui Cerese, va trebui mai devreme sau mai târziu să plătească tribut diavolului.
Este în special izbitor falimentul penicilinei în tratarea complicațiilor mai grave ale sifilisului. Acestea se dezvoltă uneori înainte ca individul să bage de seamă că este infectat. Aceasta este valabil în deosebi la femei unde prima ulcerație de sifilis poate să fie interioară şi să treacă neluată în seamă. Caracteristica specifică a sifilisului este tendința să-şi arate acțiunea destructivă mulți ani mai târziu de la infecția originară. Douăzeci de ani şi chiar mai mult, după ce boala a fost contractată ea poate să doboare la pământ victima cu o complicație fatală şi groaznică. O manifestare târzie a sifilisului este paralizia, o boală mintală cauzată de sifilisul care afectează celulele creierului. Această demență poate să se dezvolte la o persoană după 5 până la 20 de ani de la infecția originară. Adesea sunt atinşi oameni în vârstă de 35 şi 45 de ani. în cazul când tratamentul nu a fost început la timp, nu se va mai putea face aproape nimic. Din nefericire şi terapia timpurie este adesea tardivă din cauză că starea aceasta este similară cu epilepsia, neurastemia sau alte boli mintale.

O altă complicație care poate să survină după ani de zile de la infectarea originară, este ataxia locomotoare. Aici sunt implicați nervii coloanei vertebrale, sau ocazional nervii cranieni. Perturbările nervilor cranieni pot să producă strabismul, orbirea, sau surzenia (rugăm a nu diagnostica pe oricine care are strabism, orbire sau surzenie, ca fiind sifilitic!). Atunci când este atinsă măduva spinării, mersul este caracteristic, piciorul este aruncat înainte şi apoi tras brusc în jos. Implicarea musculaturii vezicii urinare poate să producă o incapacitate de a reține urina. în lumina descrierii de mai jos a ataxiei locomotoare, s-ar putea bine cumpăni dacă plăcerea nepermisă de câteva clipe este demnă de o mizerie pentru toată viața.

În momentul implicării sfincterului, în majoritatea cazurilor se produce invariabil debilitatea sexuală şi eventual impotența... Cele mai teribile dintre simptomele tabetice sunt crizele care pot să fie periferice sau viscerale. Durerile fulgerătoare de agonie se ivesc în muşchii extremităților abdomenului şi pieptului. Ele sunt descrise de pacient ca usturătoare, înțepătoare ca sulița care rupe sau seamănă cu înjunghierea cu un cuțit încins. Atacurile vin cu iueala fulgerului; ele pot să dureze ore sau zile cu scurte intervale de linişte (Harold Thomas Hyman, op. cit. pag. 1465).

Acum treimii de ani Tatăl nostru Ceresc a căutat să ne salveze de la un astfel de sfârşit:

"Fiule ia aminte la înțelepciunea mea, şi pleacă urechea la învățătura mea, ca să fii cu chibzuință şi să ai cunoştință. Căci buzele femeii străine strecoară miere şi cerul gurii sale este mai lunecos decât untdelemnul; Dar la urmă este amară ca pelinul, ascuțită ca o sabie cu două tăişuri... Şi acum, fiilor, ascultațimă şi nu vă abateți de la cuvintele gurii mele; depărtează-te de drumul care duce la ea şi nu te apropia de uşa casei ei, ca nu cumva să-ți dai altora vlaga ta... Şi să zici: cum a disprețuit inima mea mustrarea, cum am putut să nu ascult glasul învățătorilor mei şi să nu iau aminte la cei ce mă învățau?"... (Proverbe 5:1-13).

Domnul nu numai că a dat multe avertismente pentru a ajuta omenirea, dar Isus transformă şi întăreşte pe oricine prin energia şi puterea Duhului Sfânt, încât omul nu mai are nici o scuză valabilă pentru căderea în păcatul sexual. Apostolul Pavel exprimă puternic subiectul acesta în epistola către Tesaloniceni:

"Voia lui Dumnezeu este sfințirea voastră; să vă feriți de curvie; fiecare din voi să ştie să-şi stăpânească vasul în sfințenie şi cinste, nu în aprinderea poftei ca neamurile care nu cunosc pe Dumnezeu. Nimeni să nu fie cu vicleşug şi cu nedreptate în treburi față de fratele său, pentru că Domnul pedepseşte toate aceste lucruri după cum v-am spus şi v-am adeverit. Căci Dumnezeu nu ne-a chemat la necurăție, ci la sfințire. De aceea, cine nesocoteşte aceste învățături, nesocoteşte nu pe un om, ci pe Dumnezeu care v-a dat şi Duhul Său cel Sfânt" (1 Tesaloniceni 4:3-8).

Se plătese amar acele mici plăceri interzise şi totuşi furate, pentru că cle sfârşesc cu "debilitate sexuală şi eventual cu impotență". Felul păcatului determină măsura pedepsei.

Sifilisul nu numai că atacă creierul producând nebunia, iar măduva spinării cauzând durerile chinuitoare ale ataxiei locomotorii, dar atacă în mod frecvent inima. Am avut un pacient a cărui inimă a fost distrusă de sifilis. Cu toate că la început a negat vreo aventură sexuală, până la urmă a mărturisit că cu mulți ani în urmă a fost un "copil rău". în Statele Unite în anul 1945 procentul de mortalitate din cauza sifilisului cardiovascular a fost

după cum se crede de patruzeci de mii de decese (Harold Thomas Hyman, op, cit. pag. 332).

Apariția penicilinei a redus aceastî cifră, dar citim că în anul 1953 "tratamentul sifilisului cardiovascular... rămâne nesatisfăcător din cauză că el determină schimbările patologice (R. H. Kampmeier, "Management of Siphilis" Modern Medicine, July 15, 1953, pag. 88).

În ciuda penicilinei, în ciuda clinicilor de boli venerice şi în ciuda programelor de educare, Serviciul Sănătății Publice din SUA raportează că în anul 1957 a fost un milion de cazuri proaspete de gonoree. Dacă în Statele Unite se prezintă această situație unde avem o mulțime de antibiotice la îndemână, ne putem imagina care este situația printre masele largi ale populației din întreaga lume unde mulți sunt lipsiți de îngrijirea medicală, de cunoştințe şi de antibiotice.

Cu toată cunoştința şi experiența dobândită, ştiința medicală este incapabilă să rezolve problema bolilor venerice din lumea întreagă.

Cu milenii înaintea microscopului şi înainte ca omul să fi cunoscut metoda de transmitere a bolilor venerice, Dumnezeu a ştiut totul despre acestea şi a dat omului singurul mod realizabil de prevenire a acestor ucigaşi şi distrugători universali. Isus a afirmat clar că de la început Tatăl nostru a rânduit ca un bărbat şi o femeie să constituie un sâmbure familiar (Marc 10:4-9).

Acest cuplu de doi, exclusiv doi, constituie un ansamblu familiar aşa de unic, atât de diferit de planurile omeneşti şi aşa de eficace în prevenirea multiplelor complicații ale oribilelor boli venerice, încât suntem din nou siliți să recunoaştem încă un adevăr medical inspirat din Biblie.

7. Duşmanii fericirii sexuale

Fiecare din noi cunoaşte povestea cu fiul lui Hamelin care a fermecat şi a ademenit ceata de copii cu o muzică irezistibilă şi încântătoare a flautului său. El a adunat copiii într-o peşteră şi aceştia nu au mai fost văzuți niciodată.

Fiecare generație are un soi de flautişti fermecați. Pe la mijlocul acestui secol, unul dintre aceştia cutreiera străzile Americii cântând melodia plăcută şi amăgitoare a libertății sexuale. "Zăngănirile sale vesele şi însufleţite promiteau emanciparea de tradiție" şi de "groaznica privare de libertate prin interdicțiile religioase". Au fost mulți care au părăsit căminurile lor şi le-a plăcut să gonească pe străzi după această muzică atrăgătoare. Flautistul nu avea nici fluier şi nici gesturi de legănare din şolduri ca ale unui cântăreț de muzică rock-and-roll. El era un zoolog care a adunat unele statistici asupra temei sexuale, le-a zgâlțâit şi le-a bătut ca pe o tamburină.
Să aruncăm o privire asupra acestor statistici pe care acesta le-a adunat (Alfred C. Kinsey, Wardell B. Pomeroy, Clyde E. Martin and Paul H. Gebhard, "Sexual Behavior în the Human Female", Philadelphia, W. B. Saunders Co. 1953). El şi asociații săi au luat interviul a 5940 femei întrebându-le asupra detaliilor iptime ale vieții lor sexuale trecute şi prezente. Din aceste relatări, fluierarul nostru a exprimat în cifre procentajele de femei angajate în una sau altă perversiune sexuală, procentajele acelora care au avut experiențe premaritale şi procentajele acelora care erau vinovate de legături extraconjugale. Din aceste procentaje el a tras unele concluzii.

Autoritățile şi specialiştii au făcut obiecțiuni față de această expunere şi s-au opus concluziilor pe care le-a făcut Dr. Alfred C. Kinsey.

În primul rând, Kinsey a interogat numai una din fiecare patrusprezecemii de femei din SUA.

În al doilea rând, aceste femei nu erau cu siguranță tipul mediu de femeie americană, din cauză că în acest eşantion anormal, raportul femeilor nemăritate față de cele măritate, era de trei ori mai mare decât acela găsit în țară la întâmplare, iar raportul între femeile cu studii superioare față de femeile care nu au studii superioare, era de lo ori mai mare.

În al treilea rând, în grupă erau numai femeile care au voit voluntar să dezvăluie detaliile vieții lor intime sexuale. Astfel de femei sunt rare. Femeile care destăinuiesc astfel de secrete sunt femei care au pierdut reticența feminină înnăscută. Multe din aceste femei au declarat că s-au bucurat când au fost muşcate în timpul actului sexual şi această trăsătură le califică ca fi-

ind anormale. Ori, numai o stare nevrotică poate să transforme durerea în plăcere.

Eşantioanele lui Kinsey au fost încărcate cu femei atipice şi masochiste. Imaginea sexuală a acestei grupe de femei, în mod curios lipsite de pudoarea naturală a femeilor, a fost suprapusă tuturor celorlalte femei.

Mai sunt şi alte greşeli în rapoartele lui Kinsey.

Mai întâi se trage concluzia că "femeia mijlocie" este angajată într-o acțiune nerecomandabilă. Este o prăpastie tot atât de adâncă ca şi Marele Canyon, între ceea ce este recomandabil şi ceea ce este valoarea medie. Hindusul mijlociu bea apă murdară în pelerinajele sale, dar aceasta nu este niciodată recomandabil deoarece hinduşii mor cu miile de holeră. O concluzie greşită în darea de seamă a lui Kinsey este faptul că se recomandă femeii să se adapteze la valorile medii chiar dacă acestea sunt cu totul denaturate.

În al doilea rând, Kinsey situează femeia pe aceeaşi treaptă zoologică cu porcul şi nu vede nici un motiv pentru care viața sexuală a femeii să nu aibă aceeaşi structură cu a porcului. Dar porcul nu are nici o restricție sexuală! Atunci de ce să o aibă femeia?

Mulți oameni au gândit că raționamentul este plauzibil bătând toba ca şi când ar fi fost ştiințific. Alții se întreabă de ce anumiți "psihiatri pricepuți" au spus lui Kinsey că restricțiile erau numai pentru cuget? Dacă deci bărbații şi femeile s-ar împreuna liber în țarcul promiscuității, esențialul în viață ar fi realizat. Dacă nu ar fi restricții, nu ar fi nici înşelăciuni! Iată în sfârşit leacul universal care ar putea să vindece toate necazurile omenirii. Aşa dar oamenii ar putea să nu mai țină seama de avertismentele biblice împotriva curviei, adulterului, homosexualității şi altor perversiuni (Romani 1:24-32; Marcu 7:20-23; Galateni 5:19-21). Ei ar putea să urmeze pe flautistul promiscuității într-o utopie unde nici un fel de restricții nu ar fi puse impulsurilor sexuale oricât de sălbatice şi bizare ar fi acestea.

Acest zoolog deplora faptul că "legile învechite" ale codului moral erau un mare obstacol pentru punerea în funcțiune a ideilor sale. Dar flautiştii moderni sunt de părere că aceste legi vor fi curând schimbate. Atât timp cât aceste legi există, ei sugerează adepților lor să caute "să evite conflictul deschis cu legea". Presupunem că nu va fi încercată seducerea tinerelor fete şi femeilor fără apărare, dacă asemenea caz este probabil conflictul cu legea.

Nu este oare cam straniu ca un zoolog, un specialist în studierea animalelor să se considere, el însuşi, o autoritate în ceea ce priveşte viața sexuală a femeilor? Tratând subiectul din punct de vedere pur animal, el eşuea zăcomplet când este aplicat raporturilor umane mult mai complicate.

Dar, ce gândesc medicii specialişti la încadrarea în aceiaşi categorie sexuală a femeii cu porcul?

Doi specialişti, un ginecolog şi un psihiatru au fost atât de puternic şocaţi de acest amestec necompetent, greoi şi stângaci, încât au scris o carte pentru a respinge teoriile eronate ale lui Kinsey. Redăm aci puţine din ideile lor: Kinsey argumentează că deoarece toate tipurile de comportare sexuală au loc la speciile subumane, aceste eşantioane sunt normale şi pentru fiinţele omeneşti. Acest fel de logică nu ţine seama de toate progresele etice, religioase şi morale pe care le-a făcut omenirea... Kinsey părăseşte de asemenea întreaga concepţie medicală asupra perversităţii şi pune heterosexualitatea pe acelaşi nivel cu homosexualitatea şi contactul animalic... Actul sexual sănătos constă într-un fenomen psihologic foarte complex. El depinde de contopirea spirituală a unei personalităţi cu cealaltă. Impulsul sexual la fiinţele omeneşti este legat de cele mai adânci emoţii... Iubirea firească nu poate să fie măsurată la o maşină LB.M. Orgasmul prin el însuşi nu înseamnă nimic (Edmund Bergler, and William S. Kroger, "Sexual Behavior", Journal of the A.M.A., January 9, 1954, pag. 168).

Kinsey asigura pe adepţii săi că răspândirea bolilor venerice prin raporturi sexuale premaritale este astăzi "o problemă relativ fără importanţă" (Alfred C. Kinsey, et al, op. cit. pag. 327).

Acest vânzător de promiscuitate este în duşmănie cu Serviciul Sănătăţii Publice din SUA, care relata recent: "Estimăm că numărul de sifilitici netrataţi este astăzi de 1 200 000 cazuri şi că adevărata frecvenţă anuală este de 60 000 cazuri" (William J. Brown, "Current Status of Syphilis în the U.S.", Erie Country Bulletin, February 1961, pag. 10). S-a estimat în continuare că numărul anual de noi cazuri de gonoree în această ţară se cifrează la 1.000.000.

Kinsey este foarte departe de cele mai competente opinii medicale atunci când face repetate deducţii că fetele care se angrenează în îndrăgostiri premaritale au căsătorii mai pline de succes decât celea care nu o fac (Alfred Kinsey, et al, op. cit. pp. 328-330, 385-390). Specialiştii care tratează oameni şi nu animale, resping această deducţie.

O astfel de informaţie este neştiinţifică. Nu există răsplată pentru orgasmul dragostei premaritale. Nu există răsplată pentru că în acest fel nu există nici răsfăţare (dragoste). Experienţa dovedeşte că fetele nevrotice au cele mai frecvente flirturi şi că de obicei fetele sănătoase emotiv, resping actul sexual fără iubire. Căsăloria rcuşită care are şi o potrivire sexuulă, se bazează mai mult pe un sentiment de încredere stabilit în mod treptat, simpatie şi respect mutual, decât pe oricare altă experienţă premaritală sau proces sexual eronat (Edmund Bergler, and William S. Kroger, op. cit., pag. 168).

Un critic literar al unei cărţi scrise de experţi medicali afirmă în Jurnalul Asociaţiei Medicale Americane: Autorii pretind în mod just că Kinsey a judecat multe probleme medicale dificile fără a avea cunoştinţele medicale şi experienţa clinică necesară pentru o înţelegere justă a implicaţiilor, că el nu a ţinut seama în mod esenţial de influenţa profundă a aspectelor psihologice ale comportării sexuale şi că fără pregătire şi experienţă în psihiatrie a arătat

o desconsiderare totală a nevrozei sexuale cu efectele sale multilateral de rele (Review of Kinsey's Myth of Female Sexuality: The Medical Facts, Edmund Bergler and William S. Kroger) în the Journal of the A.M.A., April 17, 1954, pag. 1396).

Dr. J. Irving Sands de la Institutul Neurologic din New-Jork se contrazice de asemenea cu Dr. Kinsey: Propria mea experiență în tratarea multor nevrotici şi psihotici... m-a condus la concluzia că activitatea sexuală premaritală are ca efect la femei o sărăcire a părții emoționale a personalității lor. Mai mult chiar, aceste îndeletniciri sunt un izvor de conflicte emoționale (Irving J. Sands, "Marriage Counseling as a Medical Responsibility", New-York State Journal of Medicine, July 15, 1954, pag. 2052).

Toate acestea îmi amintesc de o reclamă pe care am văzut-o într-unul din raioanele unui magazin: "Puțin uzat, mare reducere de preț".

Înainte ca cineva din noi să fle ispitit să asculte de acest fluier fermecat, ar fi indicat să privească la soarta acelora care l-au urmat deja. Destui cobai - ființe umane - atraşi de ideia că noutatea este sinonimă cu superioritatea, au alergat deja în goană pe străzi după el, astfel că poate fi făcută o apreciere cinstită şi de bună cafitate.

Un psihoanalist proeminent din New-Jork, Dr. Eugene Eisner, povesteşte despre un pacient care cu siguranță n-a fost înşelat de vreo "oribilă inhibiție religioasă". Pacientul declara în anul 1950: "Am avut şase aventuri sentimentale în ultimii zece ani, dar nu mi s-a părut să mă bucur de vreuna din ele. S-a întâmplat ceva cu mine? Eu simt că nu am obținut nimic din ceea ce presupuneam că voi avea din viața amoroasă" (Maurice Zolotow "Love Is Not a Statistic", Reader's Digest, April 1954, pag. 9).

Un alt psihiatru declară: "De circa 15 ani am fost confidentul actorilor şi actrițelor din Broadway şi Hollywood, care aveau ocazia favorabilă să trăiască o viață sexuală de promiscuitate. Unii dintre ei o trăiesc până în pânzele albe, 8-10-12 "aventuri" pe an. Atunci când se încred în tine, lasă ruşinea la o parte şi sinceri mărturisesc cât de înşelătoare şi nesatisfăcătoare sunt toate acestea" (Ibid.).

Într-o clinică din San Francisco au fost internate douămii de fete care au fost captivate de flautişti, hipi şi numeroase varietăți de flaute fermecate. Aceste fete au fost întrebate dacă au obținut măcar vreo plăcere trecătoare din experiențele lor sexuale. în conformitate cu apologeții libertății sexuale ne-am fi aşteptat la declarații entuziaste. Din contră, numai o treime din fete au declarat "puțină plăcere". Celelalte două treimi au descris simțămintele lor ca "îndoială, vinovăție, ruşine, indiferență sau totală neplăcere" (Howard Whitman "The Slavery of Sex Freedom", Better Homes & Gardens, June 1957, pag. 219).

Mereu trebuie reamintit că Dumnezeu este acela care a pus pecetea sa de aprobare pe căsătorie. "Căsătoria să fie ținută în toată cinstea şi patul să fie

nespurcat, căci Dumnezeu va judeca pe curvari şi pe preacurvari" (Evrei 13:4). Restricțiile din Biblie, cartea călăuză a lui Dumnezeu, nu au fost destinate niciodată să diminueze plăcerea sexuală a omului, ci mai degrabă să-i dea posibilitatea să realizeze rnaximum de plăcere în aceşt domeniu. într-adevăr este foarte trist că mulți oameni sunt la fel cu vacile care răzbat forțat gardul ce înconjoară luxurianta lor păşune şi după aceea trăiesc din rații de foamete într-un deşert de cactuşi.

Howard Whitman, ziarist american care a călătorit foarte mult pentru a studia rezultatele acestei neosexualități omeneşti, scrie:

Noi standarde de libertate sexuală au fost încercate, aducând noi culmi de ilegitimitate, o povară zdrobitoare de divorțuri şi o sarcină de probleme psihiatrice mai mari ca oricând... vechea rețetă a fost respinsă şi "noua libertate" a dat greş. Tineretul a fost lovit rău! Sunt felurite lovituri pe care noi nu le cunoaştem decât aproximativ, în timp ce agențiile sociale calcă legea în picioare şi nu ataşează la dosare rapoartele medicale asupra căsătoriilor forțate, gravidelor şi bolilor venerice. Există lovituri ce nu se dau în vileag ca să nu distrugă familii şi să se "păstreze liniştea" acestora. Mai există lovituri pe tăcute, când tinerețea este "norocoasă" şi "menajul iese basma curată".

Aceste lovituri pe tăcute - remuşcarea, regretele, pierderea respectului, dezamăgirea asupra viitorului individului - pot să fie cele mai mari lovituri dintre toate ("Youth and the Natural Urge", Better Homes & Gardens, July 1957, pag. 43).

În calitate de medic am oarecare experiență cu aceste felurite lovituri. Multe fete tinere au udat biroul meu cu lacrimile lor. Ruşinea, ocara, ostracizarea, ardeau în inima lor ca un fier înscins şi durerea continua ani dearândul. Există o mare diversitate de manifestări nevrotice care produc multiple boli psihomatice. Popurul nu ştie, dar medicul ştie că ruperea îngrădirilor lui Dumnezeu în viața sexuală este cauza principală a guşei toxice a Ecaterinei, a artritei Elenei sau internarea Suzanei într-un ospiciu de nebuni. într-adevăr aceste fete nu au fost legate de "oribila restricție a inhibițiilor religioase". Ele au trăit experiența privărilor de libertate în diferite feluri şi greu, mult mai greu de suportat. "Libertatea vieții sexuale" promisă, s-a transformat într-o sclavie de nesuportat, de cel mai rău gen.

Duşmanii adevărați ai fericirii vieții sexuale a omului sunt acei ce ar voi să-l rupă de la căminul său, de la familia sa şi de la preceptele biblice. Puțini oameni s-au oprit vreodată asupra faptului că binecuvântările vieții sexuale şi ale civilizației de care ne bucurăm, se revarsă pentru că o mare mulțime de oameni iau în seamă cuvintele lui Isus:

"Dar de la începutul lumii, Dumnezeu i-a făcut bărbat şi femeie. De aceea va lăsa omul pe tatăl său şi pe mama sa şi se va lipi de nevastă-sa; şi cei doi vor fi un trup.

„Aşa dar, ei nu mai sunt doi, ci un singur trup" (Marcu cap. 10 vers. 6-8).

Oamenii care iau această învățătură biblică ca model, se vor salva pe ei înşişi de multe boli şi de o mie de supărări de inimă. Este îmbucurător să vezi specialişti eminenți recunoscând că preceptele biblice asupra căsătoriei depăşesc toate planurile omeneşti. Tinând o cuvântare la un miting anual al medicilor din statul New-Jork, Dr. Irving J. Sands a spus:

Ar fi bine să atragem atenția asupra faptului că schimbarea şi progresul nu sunt sinonime, că nu ce este nou este în mod necesar şi bun şi nu tot ceea ce este vechi este numaidecât rău... într-adevăr cele zece porunci sunt vechi, dar ele cuprind încă cel mai de seamă cod de igienă spirituală şi cea mai bună culegere de regulamente şi orânduiri pentru relațiile de etică umană ce a fost vreodată oferită pentru neamul omenese...

O căsătorie fericită este rezultatul unei relații armonioase între doi oameni maturi. Căsătoria este instituția cea mai puternică a omului civilizat (Irving J. Sands, op. cit. pp. 2052-2055).

8. Superlativele în viața sexuală

"Doctore, nu pot să dorm, nu mai pot să mă bucur de nimic. Ştiu că necazul meu începe atunci când Gil pleacă să joace cărți cu un grup de prieteni. Ei nu fac jocuri de noroc. Se duc o dată pe săptămână la un hotel foarte scump unde servesc o gustare copioasă şi apoi joacă cărți până la unu-două noaptea. Lucrurile merg din în ce mai prost, dar...". Simpatica doamnă Gilbert Steiner se sufocă puțin, apoi continuă: "Oh, eu ştiu că sunt absurdă. Dar mai este încă un aspect. Cu cei trei copii ai noştri trebuie să ne uităm la fiecare bănuț ca să o scoatem la capăt. I-am spus lui Gil că m-am săturat să stau acasă lună de lună. L-am rugat să mă ia la un film, sau din când în când la o masă, dar el îmi spune mereu că nu avem bani pentru aceasta şi nici nu avem o femeie care să îngrijească de copii. El însă cheltuieşte pentru el însuşi puținii bani ce i-am putea folosi pentru o recreiere. Rezultatul este că între noi domneşte o mare încordare şi nu ne bucurăm deloc unul de altul."

Aceasta era o căsătorie cu totul nereuşită din cauza că s-a pierdut o legătură strânsă foarte importantă. Lozinca pentru o căsătorie fericită este "âmpreună", să trăieşti împreună, să te distrezi împreună, să munceşti împreună, să gândeşti împreună, să-ți făureşti planuri împreună. Doi oameni nu pot să se țină de mână împreună afară de cazul când există o forță care să-i lege împreună. Şi viața sexuală este o legătură de scurtă durată aşa cum au arătat-o de mult căsătoriile sexuale ale Hollywoodului. Deoarece viața sexuală este singura legătură cunoscută de multe perechi, nu este de mirare că una din trei căsătorii se destramă.

Există o legătură care nu dă greş niciodată în legătura între doi oameni, este "iubirea" care nu piere niciodată. Această iubire nu se aseamănă cu "dragostea de licean". Ea este în fond elementul atât de esențial pentru o căsătorie fericită.

Cu toate că mulți oameni înțeleg se.mnificația sexualității, totuşi puțini au o concepție clară despre ceea ce este iubirea. Lipsa de claritate în ce priveşte iubirea este evidențiată prin faptul că şi dicționarele dau opt definiții diferite. în acest capitol doresc să discut numai semnificația iubirii ca o sferă de influență exterioară în concepția de a ajuta şi a face plăcere altora. Iubirea în acest înțeles al cuvântului nu este sexuală şi acest fel de iubire trebuie să existe dacă vrem să obținem grade superlative în viața sexuală. Superlativele în viața sexuală - cel mai bine, cel mai mult şi cel mai durabil - sunt numai atunci posibile când există solicitudine, considerație şi iubire pentru celălalt.

Domnul Guy Bullom se reține de la superlative atunci când afirmă în mod ostentativ că a înțeles "să aibă grijă de el însuşi" atât în afacerile sale cât şi în viața sexuală. A mustrat întotdeauna pe soția sa pentru greşelile făcute de dânsa şi nu poate să înțeleagă de ce ea nu manifestă entuziasm pentru el şi pentru cei din jurul său. în ciuda faptului că a avut diferite "aventuri" cu secretarele sale, el nu reuşeşte să înțeleagă de ce nu îl mulțumeşte nici una din ele. Varietatea şi frecvența este un înlocuitor batjocoritor al calității şi dl. Bullom nu cunoaşte nimic despre acel superlativ "cel mai bun".

Persoana cea mai sexuală, egocentrică, nu primeşte în fond nimic afară de sex pentru simplul motiv că este grozav de lipsită de iubire. Şi ca rezultat ea este întotdeauna dezamăgită şi învinsă în viața sexuală. Resentimentele sale față de alții sunt răspunzătoare în mare măsură de ridicarea tensiunii sale arteriale. Sunt multe nopți în care bietul individ stă într-un fotoliu răsuflând din greu ore în şir cu astmul său care adesea este declanşat de tulburări emoționale.

Dr. Carl Jung recunoaşte cauza fundamentală datorită căreia oameni asemenea lui Guy Bullom au astfel de stări proaste şi o existență nefericită. "Aceasta provine din cauză că îi lipseşte complet iubirea, trăieşte numai pentru sexualitate... şi nu găseşte nici o înțelegere din cauză că a nesocotit să descifreze sensul propriei sale existențe" (Carl Jung, "Modern Man în Search of a Soul", New-York, Harcourt, Brace and Co., Inc. 1933, pag. 260). Există căsătorii nefericite fără număr, lipsite de împlinirea sexuală, deoarece perechile nu cunosc diferența între iubire şi sexualitate. Singura dragoste pe care o cunosc este asemănătoare cu cea descrisă în romane, reviste senzaționale, cinematografe sau televizor. Deoarece multe perechi cunose numai "dragostea de licean", nu este de mirare că duc o "viață de câine".

Yvonne a fost o persoană de acest gen. Ea îşi puse capul pe biroul meu şi plânse în hohote. După un timp îşi dădu drumul la gură: "Am spus câte ceva despre mama lui Mike, am luat-o peste picior. El se supără şi spuse ceva îngrozitor despre mama mea. Atunci l-am plesnit bine şi puternic peste față. Exact ceea ce a meritat. Dar bestia se ridică şi îmi trase un pumn în față. Priveşte la ochiul meu!... M-am mutat din locuință. Am luat cei doi copii şi m-am dus înapoi la mama. îl iubesc pe Mike, dar nu pot să admit asta!"

În timp ce Yvonne ținea un tampon cu gheață peste ochiul stâng şi se uita la mine cu celălalt, i-am dat o mică consultație, puțin cam târzie, despre căsătorie! Am terminat morala cam aşa: "Yvonne, în fiecare căsătorie sunt situații de aşa natură încât unul din parteneri trebuie să acorde față de celălalt partener nu numai considerație ci şi dragoste. Să nu te necăjeşti pe tine însăți dacă ai să descoperi că tu eşti aceea care ai de dat cel mai mult. Am veşti neobişnuite dar bune pentru tine:... când tu te supui lui Mike dai ceva din viața ta pentru a găsi singura cale spre fericire, dar aceasta merită orice osteneală. Secretul fericirii în viața conjugală depinde de felul cum fiecare din parteneri ştie să facă mici sacrificii cu dragă inimă şi cu bucurie.

"Ştiu că ai dragoste pentru Mike. Este aceasta o dragoste care suferă îndelung şi este îngăduitoare? Adevărata dragoste este aceea care va rezista probei focului în viața de toate zilele este aceea pe care o oferă Dumnezeu şi o dă acelora care umblă în lumina poruncilor Sale:

"Dragostea este îndelung răbdătoare, este plină de bunătate; dragostea nu pizmuieşte; dragostea nu se laudă, nu se umflă de mândrie, nu se poartă necuviincios, nu caută folosul său, nu se mânie, nu se gândeşte la rău... Acoperă totul, crede totul, nădăjduieşte totul, suferă totul. Dragostea nu va pieri niciodată" (1 Corinteni 13:4-5, 7-8).

Dragostea este o necesitate de bază nu numai pentru a obține superlative în viața conjugală ci şi pentru a trăi. Dr. Smiley Blanton în recenta sa carte ‚Iubire sau moarte' scrie: "Peste 40 de ani, în biroul meu, am ascultat oameni de toate vârstele şi clasele sociale, povestindu-mi despre speranțele şi temerile lor... Când mă gândesc la anii ce au trecut îmi este clară nevoia universală de iubire... Ei nu pot să supraviețuiască fără iubire; ei trebuie sau să o posede sau să piară" (New-York, Simon and Schuster, Inc. 1956, pp. 3-15).

Multe perechi nu sunt fericite. Ele caută emoții sexuale dar nu au împlinirea vieții sexuale. Dezamăgirile lor cresc. Ei nu îşi dau seama că sentimentele după care râvnesc cu înfocare pot fi obținute numai dacă există dragoste reciprocă. Nu poate exista nici o emoție reală decât în cazul când actul sexual exprimă o iubire şi o cunoaştere intensă a nevoilor şi dorințelor celuilalt. Ciondăneala din timpul zilei va face sexualitatea fără viață şi mecanică, dacă nu chiar respingătoare. Perechile dezamăgite gândesc adesea că trebuie să fie ceva defect în sistemul lor sexual şi caută ajutor la un medic psihiatru. Ei au noroc dacă ajung la unul care să le dea un sfat aşa cum ştie să-l ofere psihoanalistul Erich Fromm: "Nu este o probă mai convigătoare decât porunca ‚Iubeşte pe aproapele tău ca pe tine însuți'. Aceasta este norma cea mai importantă în viață şi călcarea ei este cauza fundamentală a nefericii şi bolilor mintale, aceasta depăşind orice simptome culese de psihoanalist. Orice boli ar putea să aibă pacientul... orice simptome ar putea să prezinte, ele sunt înrădăcinate în incapacitatea sa de a iubi. Prin iubire înțelegemaicicapacitâtea de afecțiune, respectiv de a îngriji de celălalt cu toată răspunderea şi eu tot respeetul, de a-l încuraja în toate domeniile. Căci în final, un tratament psihoanalitic are ca scop să trezească în pacient capacitatea de a iubi. Dacă nu se ajunge la acest rezultat, tratamentul este superficial" (Psichoanalysis and Religion, New Haven, Yale University Press 1950, pp. 86-87).

Ceea ce este hrana pentru organismul nostru, este dragostea pentru starea noastră sufletească. în mod deosebit bărbatul nu înțelege adeseori că sexualitatea singură nu aduce fericirea în căsnicie. Aceasta provine din faptul că bărbatul trăieşte orgasmul mult mai mecanic decât femeia. Femeia este mai profundă şi vrea să fie convinsă că soțul se gândeşte la dânsa, că îi este fidel, că o iubeşte şi că îi este mai de preț desfătarea ei decât a lui proprie.

Psihiatrul Max Levin recunoaşte că dragostea dezinteresată față de celălalt este condiția esențială pentru toți aceia care au pretenție să fie mulțumiți în căsnicie şi care aşteaptă acea mult citată "superlativitate".

"Maturitatea este condiția primară pentru o căsnicie fericită. în stadiul nematur al copilului, omul nu este în stare să ofere ceva altuia. Copilul primeşte şi nu poți să aştepți de la el nimic altceva. Succesul într-o căsnicie depinde în mare măsură de faptul dacă partenerul a reuşit să se dezbăreze de atitudinea tipic copilărească. Ei trebuie să fie în situația de a prelua răspunderea, de a da în loc de a primi" ("Sex în Modern Life", Current Medical Digest, September 1961, pag. 55).

Cu secole înainte de a se dezvolta psihologia, Biblia a arătat necesitatea de a înlocui nematuritatea copilărească cu dragostea şi prin aceasta a dat o rețetă strălucită pentru o căsnicie fericită:

"Cind eram copil, vorbeam ca un copil, simțeam ca un copil, gândeam ca un copil; când m-am făcut om mare, am lepădat ce era copilăresc... Acum dar rămân aceste trei: credința, nădejdea şi dragostea; dar cea mai mare dintre ele este dragostea" (1 Corinteni 13:11,13).

Iubirea profundă şi dezinteresată face ca să se realizeze cel mai mare vis în viață, pe când sexualitatea fără iubire poate să facă din viață un coşmar. Unul dintre mulți care au descoperit adevărul pe acest drum greu, a fost fiul rătăcit (Luca 15:11-32). Nematuritatea lui rezultă din cererea: "Dă-mi". El, asemenea multora din ziua de azi, s-a grăbit să plece într-o țară îndepărtată, lipsită de învățăturile tatălui său şi acolo a irosit zestrea sa bănească şi trupească "printr-o viață destrăbălată" . Sufletul său a devenit un pustiu bântuit numai de ecouri obsedante. El a ajuns într-o fermă de porci; atât de jos încât tânjea după roşcovele goale pe care le mâncau porcii. El a descoperit că viața sexuală întx-o țară departe de voia lui Dumnezeu, este goală, dezamăgitoare şi hidoasă. Autosatisfacerea este întotdeauna o cale la al cărui capăt este sigur un țarc de porci.

Îndată ce tânărul şi-a amintit că în casa tatălui său este întotdeauna "pâine la discreție", el descoperi că "grozavele restricții religioase" nu erau tocmai aşa de rele cum a fost îndemnat să creadă. El începu să simtă că există o relație strânsă între restricțiile curate şi binecuvântările abundente.

Atunci când a părăsit căminul, nematuritatea sa a fost evidențiată prin atitudinea sa de "Dă-mi". Acum când s-a întors căit, imperativul "Dă-mi" lipsea, era înlocuit cu umilința "Fă-mă un servitor".

Câtă importanță are problema sexuală în căsnicie? Dr. Emil Novak de la Institutul Medical John Hopkins, declară în mod convingător că "există multe femei normale din punct de vedere fizic şi sentimental, care îşi iubesc soții cu devotament, care au născut copii şi totuşi nu au gustat niciodată dealungul vieții lor conjugale vreun mare grad de satisfacție din actul sexual.

Nu s-au simțit nici înşelate şi nici amăgite" (Paul H. Landis, "Don't Expect Too Much of Sex în Marriage", Reader's Digest, January 1955, pp. 26-27).

De fapt unele persoane competente declară că mai puțin de jumătate din femeile măritate nu întotdeauna au simțit o plăcere în actul sexual. Totuşi emoțiile care derivă din acest act sunt adânci şi mulțumitoare fără a fi trezite de o plăcere fizică. Multe femei tinere nu ştiu acest lucru şi au complexe care înrăutățesc viața conjugală. Dacă solicitudinea unuia față de celălalt predomină, atunci aceste femei vor experimenta o satisfacție crescândă în relațiile conjugale. Posedarea iubirii dată de Dumnezeu va preveni înşelăciunile, nefericirile şi divorțurile, cu lungul lor alai de boli fizice şi mintale.

Cineva a spus: "tratamentul pentru toate bolile, relele, grijurile, necazurile şi crimele umanității zace într-un singur cuvânt "iubire". Ea este forța divină care generează şi restaurează pretutindeni viața. Fiecăruia dintre noi ne este dată puterea de a face minuni, important este să vrem."

Cum se obține şi cum se menține aceasta? Se obține într-o măsură completă atunci când Dumnezeu, care este IUBIRE, va sălăşlui în bărbatul sau femeia care îi deschide uşa inimii. Nimic altceva, ci numai locuirea divină va fi suficientă când însuşi individul se găseşte într-un curent puternic de ispite sexuale.

Această iubire este menținută prin ascultarea cu supunere de călăuzirea Cuvântului şi Duhului. Nu există nici un motiv plauzibil pentru un creştin ca să sucombe doborât de o armată de boli, dearece promisiunea lui Dumnezeu este sigură: "Nu v-a ajuns nici o ispită care să nu fi fost potrivită cu puterea omenească. Şi Dumnezeu, care este credincios, nu va îngădui să fiți ispitiți peste puterile voastre, ci împreună cu ispita a pregătit şi, mijlocul să ieşiți din ca, ca s-o puteți răbda (birui)" (1 Corinteni 10:13).

9. Minte bolnavă - trup bolnav

Helen Seibert în vârstă de şase ani, şezând în poalele mamei sale, mă privea asemenea unui iepure speriat. La privirea mea întrebătoare, mama îmi spuse: "Doctore, de şase săptămâni Helen vomită într-una. Aproape tot dă afară din ce i se dă. A început să vomite a doua zi după Ziua Muncii (ân SUA este prima luni din septembrie)."

Acea a doua zi era când Helen a început să frecventeze Şcoala Centrală cu sutele de fețe noi şi străine. Această experiență era copleşitoare pentru ea din cauză că a trăit undeva departe (Turtle Creek), unde erau puțini copii.

Dar de ce vomita? Frica ei de străini trimitea impulsuri rapide de-alungul nervilor, de la centrul său emotiv, care apoi gâtuia ieşirea musculară din stomac. Rezultatul era că cea mai mare parte din hrană nu putea să treacă în intestine şi era vărsată înapoi. Micuța Helen a pierdut mult din greutate. Am sugerat să rămână acasă o săptămână. Vomitările au încetat. După aceea, mai întremată, Helen s-a întors la şcoală şi nu a mai avut neplăceri.

Asemenea tulburări nu apar numai la copii. într-o sâmbătă seara, doamna Cole în vârstă de 18 ani mi-a spus că de cinci zile vomitează şi suferă de puternice crampe abdominale şi diaree. Deranjamentul a început aproximativ o oră după ce a părăsit cabinetul dentistului. Dentistul i-a spus acestei doamne simpatică şi drăguță, că trebuie să i se scoată toții dinții şi să i se monteze alții falşi. Rezultatul: O furtună în centrul ei emotiv. Impulsurile nervilor din centrul acesta au acționat repede şi au transmis stomacului stări de vomă, crampe puternice şi diaree. Doamna a fost foarte surprinsă când i-am spus că deranjamentul nu provenea de la abdomen ci de deasupra urechilor sale.

La fel de surprinsă a fost Elaine Johnson când a descoperit că durerile sale de cap proveneau de la îngrijorarea survenită în urma pierderii prietenului său. Bill Landry constată că nu tema profesorului său era cauza astmului, ci rezolvarea acesteia. Hal Stevens nu putea să înțeleagă de ce diabetul său a crescut după ce a luat acel "examen stupid". Şi profesorul care a dat tema de control nu vedea cum artrita sa a devenit mai rebelă după ce a corectat lucrările scrise.

Toate aceste cazuri ilustrează subiectul cel mai ciudat din medicina modernă. Cu fiecare an ce trece obținem o tot mai largă înțelegere despre

aptitudinea minții (psyche) de a produce diferite perturbări în corp (soma). De aici şi termenul de psihosomatic.

Tensiunea emotivă a minții poate produce schimbări vizibile, izbitoare în corp, schimbări care pot deveni serioase şi fatale. Această concepție ar trebui să ne dea o nouă perspectivă asupra condițiilor care sunt socotite adesea în mod disprețuitor ca "fiind imaginații". Este evident că astfel de condiții care produc vomitări, diaree, astm, diabet şi încheieturi artritice deformate, nu sunt "ân imaginație". Acestea şi încă alte nenumărate boli serioase, sunt declanşate de tensiunea minții.

Statisticile din anul 1948 arătau că două treimi din pacienții care au fost consultați de medici prezentau simptome şi boli trupeşti cauzate sau agravate de tulburări emotive, de încordări mintale (stress) (Journal of the American Medical [AMA] May 29, 1948, pag. 442).

În anul 1955 a fost publicat un articol privind lucrarea asupra tensiunii nervoase (stress) a unei persoane competente din conducere sub semnu) de întrebare "Tensiunea intelectuală-cauza tuturor bolilor?" (J. D. Ratcliff, Reader's Digest, January 1955, pp. 24-28).

Pe la începutul acestui secol, bacteriile erau în centrul atenției. După 50 de ani, tensiunea nervoasă a luat locul lor. De fapt, experiențele pe animale au arătat că unele bacterii pot provoca boala numai când rezistența animalelor era micşorată prin stress.

Pot unele emoții să cauzeze schimbări vizibile în corp, ca de ex. şocuri de apoplexie, orbiri, guşe toxice, cheaguri fatale la inimă, ulcere ale tubului digestiv, boli de rinichi şi cangrene ale picioarelor, pentru a menționa numai câteva? Dr. O. Spurgeon, un englez, a publicat o excelentă carte ilustrată, explicând cum pot emoțiile să cauzeze aceste boli (Personality Manifestations în Psychosomatic Illness, Philadelphia, Edward Stern & Co., 1953). Prima ilustrație din această carte înfățişează centrul emotiv din creer de la care fibrele nervilor se duc la fiecare organ în corp. Se înțelege cum dip cauza legăturilor complicate ale nervilor unele frământări ale centrului emotiv pot să transmită impulsuri care să cauzeze o simplă nevralgie sau mâncărimi în talpa piciorului.

Centrul emotiv produce aceste schimbări larg răspândite cu ajutorul a trei mecanisme principale: prin schimbarea cantității de sânge ce curge către organism, prin afectarea secrețiilor unor glande şi prin schimbarea tensiunii muşchilor.

Tensiunea emotivă poate să influențeze cantitatea de sânge ce curge către un organ. Jena sau stinghereala poate cauza deschiderea vaselor sanguine ale feței şi ale gâtului pentru a produce roşeața, iar emoțiile de nelinişte sau ură pot face să crească cantitatea de sânge în interiorul craniului rigid, astfel încât poate să rezulte nevralgii şi vomitări.

Iritația centrului emotiv este de asemenea îndreptată spre glandele corpului. Mulți îşi pot reaminti de prima dată când au încercat să vorbească în fața unui auditoriu cât de uscate le-au devenit gurile. Mesaje de alarmă au plecat de la centrele emotive uscând secrețiile salivare. Este într-adevăr greu de vorbit când ai gura uscată. Aceasta se poate întâmpla chiar şi vorbitorilor cu experiență, de aceea se pune adesea un pahar cu apă pe tribuna vorbitorului.

În mod frecvent, o furtună emotivă trimite mesaje de S.O.S. către glanda tiroidă pentru a stimula secrețiile ei. Atunci când un surplus de tiroxină se varsă în sânge, în timp îndelungat sunt vizibile simptomele guşei toxice: nervozitate extremă, ochii bulbucați, pulsul rapid şi chiar o boală de inimă care poate să fie fatală.
Tensiunea emotivă afectează secreția ovarelor pe diferite căi. Perturbarea glandelor poate să producă încetarea menstruației, dureri în timpul periodului sau o nelinişte înaintea acestuia, caracterizată prin iritabilitate, nevralgii şi inflamații. Glandele suprarenale, foarte importante, sunt în mod frecvent ținta tirului emotiv. Secrețiile lor în cantități anormale pot să cauzeze creşterea tensiunii arteriale, artrită, boli ale rinichilor şi îngroşarea arterelor ca ultim ucigaş care este răspunzător pentru moartea a 800 000 de persoane anual în SUA.

Tensiunea emotivă poate să influențeze atitudinea muşchilor. Fiecare am simțit cum muşchii noştri se contractează atunci când am devenit fricoşi sau supărați. Muşchii contractați pot produce dureri, ceea ce se poate demonstra strângând un pumn câteva minute. Aşa putem înțelege de ce oamenii neliniştiți cronic suferă foarte mult de nevralgii puternice cu tensiune, care produc contractarea muşchilor gâtului.

Muşchii intestinelor, care nu sunt supuşi voinței noastre, pot de asemenea să fie afectați. Să luăm în considerare, ca exemplu, debarcarea paraşutiştilor noştri în timpul celui de al doilea război în Franța. în timp ce oamenii pluteau încet în jos, gloanțele germane şuierau în jurul lor. închipuiți-vă cum v-ați fi simțit în locul lor. închipuiți-vă mesajele rapide care au fost transmise de la centrele lor emotive la muşchi şi intestine.

Tensiunea emotivă poate de asemenea să se manifeste prin dureri de inimă. într-o zi am primit o chemare urgentă ca să văd un student care "murea în urma unui atac de inimă" . L-am găsit pe podea cu respirația pierdută şi cu mari dureri la inimă. El prezenta aproape aceleaşi simptome ca o persoană care moare în urma unui atac de inimă, dar nu era în pericol în nici un caz. Era nou venit la universitate şi a avut dificultăți ca să se adapteze la ritmul vieții universitare. Durerea lui de inimă era tot atât de reală ca şi o durere provocată de o coastă ruptă; ea nu era cauzată de o boală de inimă, ci de un centru emotiv deranjat.

În timpul primului război mondial oamenii cwastfel de stări constituiau o mare problemă pentru armată. în cel de al doilea război mondial au fost făcute eforturi speciale ca astfel de oameni să fie declarați inapți. De fapt au

fost respinşi pentru acest tip de tensiune emotivă de zece ori mai mulți bărbați decât pentru celelalte boli de inimă. Apogeul unor asemenea stări a fost atins de asemenea printre populația civilă engleză după fiecare bombardament al oraşelor, când zeci de mii de oameni nu mai erau în stare să meargă la lucru din cauza durerilor în regiunea inimii.

Chiar şi în timp de pace, ea constituie una din cele mai obişnuite stări văzute într-un cabinet medical. îmi amintesc de un tânăr foarte delicat, care cu dureri de inimă, gâfâind din greu şi sufocându-se, era adesea dus în grabă cu ambulanța la spital. Spitalizarea costisitoare şi probele indicau mereu că tulburarea lui îşi avea originea în agitații emotive. Atacuri ca acestea, care dau frică şi incapacitate, există, dar ele nu sunt periculoase. După Dr. Roy R. Grinker, unul din directorii medicali ai Spitalului Reese din Chicago, atacurile fatale de inimă pot să fie declanşate în urma supărării grave, depresiuni şi frică. Acest medic declară că frica aduce mai multă încordare inimii decât ori care alte şocuri, inclusiv exercițiul fizic şi oboseala (Scope, Nov. 13, 1947).

Influența tensiunii emotive asupra organismului omenesc poate să fie demonstrată printr-o enumerare parțială a bolilor pe care ea le produce sau le agravează. Desigur, nu trebuie să se creadă că factorul emotiv este singura cauză în vreunul din aceste cazuri:

Tulburări în sistemul digestiv:
Ulcere în gură, stomac şi intestine, colita ulceromembranoasă, pierderea poftei de mâncare (inapetența), râgâieli, constipație; diaree.

Tulburări în sistemul circulator:
Hipertensiunea arterială, cardiopatia ischematică dureroasă, tahicardia paroxistică, arterioscleroza, tromboza coronariană, arterita obliterantă, reumatismul articular acut, spasme cerebrale de apoplexie (accident vascular cerebral).

Tulburări ale sistemului genito-urinar:
Menstruația dureroasă (dismenoreea), lipsa de menstruație (amenoreea). tensiunc premenstruală, frigiditatea şi vaginismul, orhiepididimita, urinarea frecventă şi dureroasă (polakiurie şi disurie), glomerula nefrita acută, simptome de menopauză, impotența.

Tulburări ale sistemului nervos:
Nevralgii de diferite feluri, alcoolismul, epilepsia, psyhonevroza, psyhoze precum schizofrenia, demența senil.

Tulburări ale glandelor de secreție internă:
Hipertiroidismul, diabetul zaharat, obezitatca.

Tulburări alergice:
Urticaria, rinita alergică, astmul.

Tulburări ale sistemului osterarticular:
Lombosciatica, dureri şi spasme ale muşchilor (mialgii), artrita reumatoidă, osteoartrita.

Infecţii:
Mononucleroza infecțioasă, poliomelita, multe, poate toate infecțiile.

Boli de ochi:
Glaucomul, keratita.

Boli de piele:
Urticaria, dermatita artropică, neurodermatita, boala lui Raynauld, sclerodermia, lupusul eritematos diseminat, psoriazisul.

10. Nu ceea ce mâncăm, este ceea ce ne mistuie

Puternicul Bill Brandson era un flăcău foarte atrăgător atunci când nu-şi ieşea din țâțâni. Atunci când unul din oamenii săi de la uzină dădea peste cap o sarcină, Bill devenea furios şi arunca asupra lor cele mai tăioase epitete din voluminosul dar netipăribilul său vocabular. Ultragiile pe care le azvârlea asupra celuilalt tovarăş păreau întotdeauna să fie un bumerang care se întorcea asupra bietului Bill şi în cele din urmă îl puneau la pat. Atunci soția lui mă solicita. Era o poveste veche, aşa că ea îmi deschidea uşa cu plăcere făcând o mişcare largă cu mâna spre dormitorul lui Bill, ridica laconic din umeri şi zâmbea forțat. Apoi îmi spunea "doctore, de două săptămâni în şir vomitează dar nu voia să vă chem până în această dimineață" .

Vazându-I pe puternicul Bill cum zăcea în pat, te cuprindea întristarea. Ochii îi erau roşii, mari, disperați şi parcă cereau ajutor. El a fost supus unor repetate radiografii în diferite spitale, cheltuind o sumă frumuşică. Dar deranjamentul său era mereu provocat de mânâa care apoi aducea spasmul sfineterului piloric şi vomitări ce nu se puteau trata. Aparițiile erau aşa de frecvente şi puternice încât lipsa de la lucru trebuia să o suplinească lucrând mult şi trăgând tare ca să-şi poată întreține soția şi cei 8 copii. Stomacul lui Bill probabil avea o căptuşală de oțel ino>ddabil, deoarece cu o astfel de acumulare de acid clorhidric în stomac, majoritatea oamenilor fac ulcere, dacă nu chiar şi cancer. De fapt, cercurile medicale admit în general că ulcerele sunt cauzate nu atât de mult de ceea ce mănâncă o persoană, ci mai ales de "ceea ce mănâncă (roade)" pe acea persoană. De sigur, după ce s-au produs ulcerele, ele sunt agravate şi de unele alimente precum şi de iritații emotive.

Iată ce efecte pot avea emoțiile asupra sănătății fizice: ulcer gastric şi duodenal, colite, hipertensiune arterială, tulburări cardiace, spasme vasculare, arterosclerozã, boli renale, nevralgii, artrită, diabet, guşă, tulburări psihice (mintale), etc.

Dr. Englisch prezintă, într-o ilustrație din cartea sa, emoțiile care pot să producă spasmul sfincterului piloric: frica, dorința de a fi iubit (aprobat), gelozia, egoismul, ambiția, furia, resentimentul, ura, suprasensibilitatea, sentimentul de vinovăție, grija, disperarea. Este de remarcat că cele inşirate mai sus stau în legătură cu răsfățarea şi alintarea Eului. Ele ar putea fi cuprinse într-un singur cuvânt «egocentrism».

Cu secole mai înainte ca psihiatria modernă să fi descoperit că emoțiile erau factorii importanți în producerea a o mulțime de boli psihosomatice, Biblia condamna aceste emoții şi prevedea un tratament pentru ele.

«Şi faptele firii pământeşti sunt cunoscute şi sunt acestea: preacurvia, curvia, necurăția, desfrânarea, închinarea la idoli, vrăjitoria, vrăjbile, certurile zavastiile, mâniile, neînțelegerile, desbinările, certurile de partide, pizmele, uciderile, bețiile, înibuibările şi alte lucruri asemănătoare eu acestea... (Galateni 5:19-21). Dar, "cei ce sunt ai lui Cristos Isus, şi-au răstignit firea pământească împreună cu patimile şi poftele ei» (Galateni 5:24).

Dr. William Sadler a fost de asemenea impresionat de legătura strânsă între activitățile păcătoase ale firii pământeşti şi multe boli. El scrie. «Nimeni nu poate să aprecieze aşa de bine ca un medic procentajul uimitor de mare al bolilor şi suferințelor omeneşti care sunt o urmare directă a: supărării, fricii, conflictelor, imoralității, vieții dezordonate, ignoranței, gândirii nesănătoase şi vieții îndoielnice. Acceptarea sinceră a principiilor şi învățăturilor lui Cristos în ceea ce priveşte realizarea păcii şi bucuriei sufleteşti, realizarea gândirii altruiste şi a vieții curate, ar şterge deodată mai mult de jumătate din bolile, grijurile şi dificultățile rasei umane. Cu alte cuvinte mai mult de jumătate din actualele nenorociri ale omenirii ar putea fi real prevenite prin puterea profilactică extraordinară a trăirii personale şi practice în spiritul învățăturilor adevărate ale lui Cristos. învățăturile lui Isus aplicate la civilizația noastră modernă, aplicate înțelept, nu acceptate doar de formă, ne-ar purifica, ne-ar înălța şi ne-ar vitaliza încât rasa omenească s-ar afirma imediat ca înnoită, posedând putere sufletească superioară şi forțe morale nebănuite. Făcând abstracție de recompensele vieții viitoare, lăsând la o parte toate discuțiile despre viața viitoare, oricare bărbat sau femeie ar merita să trăiască viața lui Cristos numai pentru răsplata morală şi sufletească care li se oferă aici în această lume. într-o zi oamenii ar putea să descopere că învățăturile lui Cristos sunt extrem de eficace în prevenirea şi tratarea bolilor. într-o zi, ştiința noastră dezvoltată s-ar putea să prețuiască cu respect şi să preia cu adevărat îmbunătățirile morale şi spirituale ale învățăturilor acestui bărbat din Galileia» (Practice of Psychiatry, St. Louis, C.V. Mosby Co., 1953, p. 1008).

Shakespeare a cunoscut destul de bine Biblia şi era şi bun psiholog recunoscând că oamenii pot să devină bolnavi din cauza păcatelor nemărturisite. Obsedând-o uciderea lui Duncan, Lady Macbeth a suferit tulburări psihosomatice. Atunci când Macbeth a întrebat medicul de ce fel de boală suferă ea, acesta a răspuns: «Nu este atât de bolnavă, milord, cât este de tulburată de nişte închipuiri ce vin din abundență şi care îi răpesc odihna» (Macbeth v.3.40). Doctorului i s-a pus atunci întrebarea care se pune şi astăzi multor medici: «Doctore, nu conoşti vreun preot pentru bolile sufleteşti. care să smulgă din memorie un necaz înrădăcinat să radă tulburările scrisepe creier şi cu putjn an tidot plăcut care provoacă uitarea, să curețe pieptul îndesat de « materie primejdioasă care atârnă greu deasupra inimii`?» (Ibid. v. 3.40).

Într-o seară un bărbat de aproximativ 40 de ani intră în cabinetul meu. îl supăra stomacul şi nu putea să doarmă. I se părea că va trebui să-şi părăsească serviciul, ceea ce l-ar fi făcut incapabil să-şi întreţină familia compusă din trei presoane. în timp ce-l consultam, nu am descoperit nici o maladie corporală, dar am reeunoscut că era la marginea unei serioase prăbuşiri nervoase. După ce mi-a spus câteva din stările care le bănuia el că i-au cauzat deranjamentul, mai adăugă: «Doctore, am făcut şi alte lucruri care ar putea să mă pună în dosul gratiilor». Am constatat că aveam de-a face cu ceva care depăşea efeetele unui calmant. Iam spus aceasta şi l-am sfătuit să-şi plece capul pe biroul meu, să mărturisească tot şi să ceară iertare pentru toate Tatălui Cerese. Simplu şi serios, el făcu acest lucru. Imediat şi în mod miraculos, Dumnezeu a îndepărtat «acel material care apăsa greu asupra inimii». Au trecut câţiva ani şi omul nu a pierdut nici o zi de lucru. El este fericit şi plin de viaţă. Tulburarea lui nu a fost urmarea unei alimentaţii false ci a fost provocată de nişte stări sufleteşte care ii ehinuiau organele vitale.

Psihiatrul Sadler scrie: «O conştiinţă curată este un mare pas în scopul baricadării intelectului împotriva nevrozei». Psihologul Henry C. Link de asemenea vede legătura dintre păcat şi boală: «Accentul asupra păcatului a dispărut într-o mare măsură din învăţământul religios... chiar în momentul când psihologia a descoperit importanţa sa şi a extins înţelesul său» (The Way to Security, Garden City, N.Y., Doubleday & Co., Inc., page 52).

Cineva poate să pună întrebarea: «Dacă un individ se converteşte (căieşte) şi răstigneşte orice lucru din viaţa sa care este contrar cuvântului lui Dumnezeu, va fi eliberat acel individ de bolile pricinuite de gelozie, invidie, egocentrism, resentiment şi ură?» Un episod din viaţa unei persoane pe care o cunosc, poate să răspundă la această întrebare. Femeia aceasta a fost misionară în India şi avea o sarcină de grea răspundere pentru condiţiile imorale care existau acolo. Ea se ruga pentru acest lucru dar cheltuia multe ore tânguindu-se bărbatului său şi altora pentru condiţiile morale de acolo. Să considerăm că ea a fost în dreptăţită în resentimentul său faţă de cei responsabili pentru starea aceasta de lucruri, dar problema era că ea nu putea să-i sufere.

Resentimentul ei a produs un spasm al sfincterului piloric şi făcu un ulcer. într-o zi ulcerul a început să sângereze. A sângerat vreo şase zile până ce femeia a rămas aproape fără sânge. Era vorba deci de o femeie creştină bună care iubea pe Domnul, o femeie care s-a răstignit pe sine însăşi şi era tot timpul în serviciul pentru Domnul. Totuşi ea a contractat un ulcer şi era aproape să moară din cauza hemoragiei.

Aceiaşi poveste ar putea fi spusă - cu alte amănunte - despre zeci de mii de creştini convinşi, care în loc de ulcere sângerânde, se îmbolnăvesc de una din bolile psihosomatice deja enumerate. Legămintele făcute în faţa unui altar nu sunt suficiente. Trebuie să răstignim Eul nostru zilnic şi să dăm

ascultare de toate poruncile lui Dumnezeu dacă vrem să fim eliberați de asemenea boli.

Mai mult, ființele omeneşti nu sunt perfecte în cunoştință. Putem să facem încă greşeli în aprecierile şi în atitudinile noastre față de alții. Cu adevărat, în măsura în care înțelegem şi ascultăm de directivele din Cartea Călăuză, vom fi binecuvântați în trup şi suflet.

Aici este potrivită mustrarea din epistola către Evrei: "Urmăriți pacea cu toții şi sfințirea, fără de care nimeni nu va vedea pe Domnul, Luați seama bine ca nimeni să nu se abată de la harul lui Dumnezeu pentru ca nu cumva să dea lăstari vreo rădăcină de amărăciune, să vă aducă tulburare şi mulți să fie întinați de ea" (Evrei 12:14-15).

Nu este deci atât de important ceea ce mănâncă o persoană ci rădăcina de amărăciune, ura, vinovăția, resentimentul care o rod. Doza de bicarbonat de sodiu introdusă în stomac nu va fi niciodată suficientă să neutralizeze aceşti acizi care distrug trupul, mintea şi sufletul.

Biblia nu tratează numai factorii producători de boli ca: invidia, egocentrismul, resentimentul, ura şi imoralitatea, dar ea loveşte în cauză într-o manieră efectivă şi curativă:

"Cei ce sunt ai lui Cristos Isus şi-au răstignit firea pământească împreună cu patimile şi poftele ei" (Gal. 5:24).

11. Echilibrul scump plătit

Am fost mult inspirat pentru acest capitol din darea de seamă a lui Dale Carnegie asupra unei excursii în Parcul Yellowstone şi o vizită la locul unde sunt hrăniți urşii cenuşii (Dale Carnegie, How to Stop Worrying and Start Living, New-York, Simon and Schuster, Inc., 1948, pag. 101).

Nu trebuia mult timp de aşteptat până venea ursul cenuşiu într-o defrişare unde erau descărcate resturi menajere care îl ademeneau. Ghidul spunea grupului că ursul cenuşiu poate să bată orice animal din West cu excepția bizonului american şi a ursului Kadiak. în acea noapte, pe când stătea cu alți turişti în ascunzători, Dale Carnegie observă că ursul cenuşiu permitea numai unui singur animal să mănânce cu el. Era un scons (specie de dihor). Cu siguranță că în luptă cu un dihor, ursul ar fi câştigat lupta. El nu putea să-l sufere pe dihor şi dorea să-i vină de hac pentru obrăznicia sa. El însă nu o făcea. De ce? Pentru că el ştia că I-ar fi costat prea mult ca să-i vină de hac.

Deştept urs! Desigur mult mai deştept decât multe ființe omeneşti care cheltuiesc zile prețioase şi nopți nedormite gândinduse şi încercând în ranchiuna lor cum să pună la cale mijloace de a "aranja" pe cineva. Omul pare să nu fi învățat niciodată că prețul pentru a veni de hac cuiva poate să fie prea mare şi poate să ducă la guşe toxică, şocuri de apoplexie sau atacuri fatale de inimă.

Într-o zi veni la mine în cabinet un tată cu băiatul său în vârstă de 14 ani. Tatăl îmi ceru doar nişte tablete pentru colita soției. Băiatul însă întrebă spontan: "Bine tată, dar cu cine a avut mama iarăşi o ciocnire?"

Există vreo legătură între această istovitoarc diaree cu sângerare şi mucozități şi „ciocnirea" noastră cu oamenii cărora apoi încercăm să le venim de hac? Din cercetările făcute rciese evident punctul de vedere că o viață emotivă dezordonată duce la tulburări de bază în cazuri de colită. Izbucnirea colitei mucoase poate fi adesea provocată şi perpetuată de "ciocnirile" cu alții. Două personilatăți competente scriu asupra subiectului: "Murray a observat că izbucnirea şi agravarea acestei boli are loc în timpul perioadelor de stări încordate. Mulți cercetători au confirmat constatările lui. Studii experimentale au demonstrat relația dintre tensiunea vieții şi ulcerațiile mucoasei intestinului la om" (William J. Grace, and Harold G.

Wolff, "Treatment of IJlcerative Colitis", Journal of the A.M.A., July 14, 1951, pag. 981).

Un studiu efectuat într-un spital prin interviuri luate persoanelor suferinde de colită mucoasă, a arătat că ranchiuna era caracteristica cea mai proeminentă a personalității la 96% din victime (George W. Gray "Anxiety and Illness" Harper's, May 1939, pag. 610).

De asemenea, cele mai serioase colite pot să fie cauzate de deranjamentele emoționale. Ulcerele tubului digestiv pot întradevăr să chinuiască pe suferind şi adesea printr-o medicație se obține numai un mic ajutor. Singurul procedeu chirurgical cu efect ar fi îndepărtarea prin operație a intestinului gros şi a întregului rect, ceea ce ar însemna un preț prea mare pentru a-i veni de hac unui duşman. De secole, batjocoritorii au râs de sfatul Domnului Isus: "Iubeşte pe duşmanul tău", ca fiind nepractic, idealist, absurd. Astăzi psihiatrii îl recomandă ca pe un leac universal pentru multe din bolile omului.

Atunci când Isus zice "Iartă de 70 de ori câte 7", El nu se gândeşte numai la sufletele noastre ci şi la trupurile noastre care să fie ferite de colitele ulceroase, guşe toxică, hipertensiune şi o sumedenie de alte boli.

Sfatul Marelui Medic (Isus) pare să se fi strecurat chiar şi în buletinul oficial al Departamentului de poliție din oraşul Milwaukee: "Dacă oameni egoişti încearcă să profite de pe urma ta, întoarce-le spatele, dar nu încerca să-i "aranjezi". Dacă încerci să le vii de hac, te loveşti mai mult pe tine însuți" (Dale Carnegie, op. cit. pag. 101).

Booker T. Washington, care a devenit faimos în ciuda culorii sale din care cauză era insultat de nenumărate ori, a scris: "Nu voi permite nimănui să înjosească sufletul meu la nivelul urii."

Faimosul psiholog John Hunter cunoştea ceea ce mânia i-ar fi putut aduce inimii sale. "Primul ticălos care mă va aduce până acolo încât să mă mâniu, mă va ucide." Câtva timp mai târziu, la o consfătuire a medicilor, un orator a făcut afirmații care l-au înfuriat pe Hunter. Acesta se sculă îndată şi-l atacă cu furie pe vorbitor. Mânia îi produse o contracție atât de mare vaselor sanguine ale inimii sale încât căzu mort.

În multe ocazii ale vieții s-ar părea că suntem în stare să distrugem pe tovarăşii noştri, dar în tot atâtea ocazii s-ar putea scrie cu sinceritate pe multe mii de certificate de deces, că victimele au murit de "mâncătorie".

Am auzit adeseori oameni spunând scrâşnind din dinți: "Âl voi ,aranja' eu pe acel netrebnic chiar dacă acesta ar fi ultimul lucru pe care ar trebui să-l fac!" Foarte des, acest lucru este exact.

Îmi reamintesc de o doamnă în vârstă de aproape 80 de ani, vioaie, care venea la mine la intervale regulate pentru a-i verifica tensiunea arterială. Ea

oscila deobicei în jurul lui 200, dar într-o anumită zi tensiunea se ridică la 230. în lăuntrul meu am fost speriat, totuşi i-am spus calm "tensiunea dv. a crescut astăzi." Cu un zâmbet îmi spuse: "Âmi dau seama foarte uşor de acest lucru. Tocmai am avut o dispută aprinsă cu mi alt pacient în sala de aşteptare.

Gândiți-vă, acestei femei culte, inteligente, ar fi putut să-i sară "siguranța" cerebrală şi să sufere un atac fatal pur şi simplu numai pentru că ea dorea să-i vină de hac prin cuvinte unui om renumit pentru pălăvrăgeala lui provocatoare. Propriul ei diagnostic asupra ridicării bruşte a tensiunii sale era corect.

Metodele pe care le folosim în răzbunare, variază. Nepoțica mea în vârstă de un an, când este scoasă din sărite, ridică mânuțele şi zgârâie aerul din fața ei. Unii copilaşi atunci când sunt amăgiți îşi lovesc capul de duşumea. Din cauză că un copilaş nu poate să-şi vadă capul, acesta este ultima piesă analitică ce poate fi recunoscută ca aparținându-i.

Majoritatea din noi nu ne mai putem aminti când am încercat să le venim de hac părinților noştri, lovindu-ne capetele de duşumea. Totuşi unii dintre noi poate ne mai reamintim cum am încercat să-i înfuriem pe părinții noştri, refuzând să mâncăm bucatele ce ni le dădeau. Zadarnic ne spuneau părinții că nu necăjeam pe nimeni mai mult decât pe noi înşine. A durat însă până ce acest fapt evident am reuşit să-l pricepem.

În decursul ultimilor trei ani am tratat 3 adolescenți carc au încercat să le vină de hac colegilor de şcoală prin lovituri dc pumni. Nici unul din copiii care în final au primit pumnii nu au avut nevoie de vreo asistență medicală, dar cei trei bătăuşi au suferit fracturi la oasele pumnilor.

Acum câțiva ani am cunoscut un student din facultate - îl voi numi Petrică - care a suferit multă vreme de o senzație de ardere şi durere în partea superioară a abdomenului. I-am dat medicamentația cea mai recentă şi mai eficace, dar el nu a obținut decât o uşurare parțială şi trecătoare. Consultând mai mulți specialişti, nu a obținut nici o uşurare şi nici radiologiile nu au descoperit ceva suspect. După ce am supravegheat timp de mai multe luni caracterul personalității sale sub tensiune, am ştiut că o tensiune emotivă ar putea să stea la baza tulburărilor sale. Desigur, el a negat cu cea mai mare stăruință că ar fi sub vreo încordare.

Petrică era o enigmă până ce un alt student îmi povesti despre ceea ce a auzit că se spunea într-un oraş vecin. Mare parte din activitatea sa era consacrată unei certe în care era vorba de bunicul său care a fost nedreptățit şi excrocat, de nişte cetățeni, cu mulp ani înainte. El a căutat să le vină de hac potrivnicilor prin denunțuri frecvente şi înfocate. Acest student care era printre cei care-l ascultau, spuse: "Petrică stătea drept şi încordat ca o scândură şi a vorbit o oră în timp ce transpirația îi curgea şiroaie pe față. Nu s-a oprit niciodată, măcar să-şi şteargă fața. Când a terminat, gulerul său era fleaşcă şi cămaşa udă leoarcă. "

Data următoare, când Petrică veni la mine, l-am întrebat din nou dacă nu era sub vreo tensiune sau ținea vreo pică pe cineva. A negat şi de data aceasta. Atunci i-am spus de povestea aceea care mi s-a adus la cunostință. I-am sugerat că dorința sa fierbinte de a le veni de hac duşmanilor bunicului său, era probabil pricina deranjamentului său stomacal. Am folosit fotografii ca să-i explic cum tensiunea cerebrală poate să producă contractarea sfineterului piloric şi să cauzeze indigestie. Dorința de răzbunare a lui Petrică era aşa de mare încât el refuză să abandoneze gândul de răzbunare chiar şi cu prețul unor zile nenorocite şi nopți nedormite. El îşi alimenta duşmănia prin repetate repovestiri oricărui om care era dispus să-l asculte.

Ulterior, singura lui preocupare era să cunoască numele acelui student care mi-a dat informația. Stăruia față de mine din cauză că dorea să-i facă băiatului o mustrare aspră pentru limbuția sa. în final boala stomacală l-a supărat pe Petrică aşa de mult încât starea şi personalitatea sa au fost atât de afectate că I-au împiedecat să se mai întoarcă la facultate.

Urcând pe treapta vârstelor, îmi reamintesc de un om cu experiență, care atunci câftd voia să se afirme într-o discuție cu soția sa şi voia să-i vină de hac, scrâşnea din dinți. Este un mister pentru mine cum putea s-o ofenseze pe soție scrâşnind din dinți şi rupându-şi plombele propriilor dinți. Aceasta era chiar dinte pentru dinte. Au trecut mulți an de când acest bărbat era în faşă, totuşi în sfera relațiilor interpersonale el nu era mai deştept decât copilaşul răzbunător care îşi lovea capul de podea. Asemănarea dintre aceşti doi se poate explica, cred eu, numai prin faptul că fiecare poseda o natură firească înnăscută.

Majoritatea din noi nu se răzbună împotriva altora lovindu-şi capetele de podea, scrâşnind din dinți, împuşcându-se unii pe alții sau oferind cine ştie ce alte otrăvuri altora. Aceasta nu este nici biblic şi nici legal! Calea cea mai obişnuită a unora de a veni de hac altora este să vorbească despre aceştia. Desigur nici aceasta nu este biblic, dar are avantajul că ne ține departe de scaunul electric.

Aceste metode de răzbunare nu ne feresc de o mulțime de boli trupeşti şi sufleteşti. Expresiile tari şi animozitățile față de alții influențează unii hormoni ai glandelor pituitoare, suprarenale, tiroide şi ale altor glande, al căror exces poate pricinui boala în organism. Multe boli se dezvoltă când alimentăm ranchiuna noastră prin repovestire în prezența altor persoane.

În momentul când urăsc un om, eu devin sclavul lui. Eu nu mai pot să muncesc cu bucurie din cauză că acela stăpâneşte mereu gândurile mele. Resentimentele produc prea mulți hormoni de încordare în corpul meu şi devin obosit după numai câteva ore de lucru. Munca pe care altădată o făceam cu plăcere este acum o corvoadă. Chiar şi concediile încetează să-mi facă plăcere. Atât timp cât plăcerea mea este afectată, chiar dacă aş conduce o maşină luxoasă dealungul unui lac înconjurat de copaci în culori tomnatice, mi s-ar părea că sunt pe un camion prin noroi şi ploaie. Omul pe

care îl urăsc mă urmăreşte pretutideni şi nu pot să mă eliberez din strânsoarea lui tiranică. Chiar dacă ospătarul m-ar servi cu tot felul de delicatese, ar fi ca şi când aş mânca pâine uscată. Omul pe care-l urăsc nu-mi dă voie să mă bucur de delicatesele oferite.

Regele Solomon trebuie să fi avut o experienţă asemănătoare pentru că el scria: "Mai bine un prânz de verdeţuri şi dragoste decât un bou îngrăşat şi ură" (Proverbe 15:17).

Omul pe care-l urăsc poate să fie la mulţi kilometri de dormitorul meu, dar mai crud decât orice conducător de scalvi. El biciuieşte gândurile mele, iar somiera mea cu arcuri moi devine un instrument de tortură. Cel mai umil sclav poate să doarmă, eu însă nu. Trebuie să recunosc în sfârşit că sunt sclavul fiecărui om asupra căruia îmi vărs mânia.

Oare fiinţa umană este mai puţin înţeleaptă decât ursul cenuşiu? Este oare omul - fără să-şi dea seama - comandat de o forţă interioară pe care o recunoaşte şi o numeşte "duh rău"?

Domnul a dat răspunsul la această întrebare atunci când Iacov şi Ioan au cerut să le dea voie să coboare foc din cer asupra unui sat din Samaria pentru că samaritenii nu voiau să le dea găzduire. Aceşti ucenici credeau şi îl urmau pe Isus, totuşi aşa cum şi astăzi mulţi creştini sunt orbiţi de înşelătoria discriminării rasiale, nici ei nu erau scutiţi de a fi plini de firea pamântească. Domnul i-a mustrat spunându-le: "Nu ştiţi de ce duh sunteţi însufleţiţi!" (Luca 9:55).

Înainte de ziua cincizecimii, Petru a avut de asemenea înnăscut în el un duh rău. în grădina Ghetsimane, Petru zguduit de o cruntă răzbunare, a încercat să taie capul unuia din partidul advers. El nu a fost primul şi nici ultimul teolog care a încercat să se răzbune prin tăierea capetelor.

Cât de completă a fost transformarea survenită în Iacov, Ioan şi Petru după ce şi-au răstignit Eul şi au fost umpluţi de Duhul Sfânt! Vechiul duh de "am să-i vin de hac" a fost înlocuit cu Duhul lui Cristos, care atunci când a fost batjocorit nu a răspuns cu insulte.

A1 7-lea capitol din Faptele Apostolilor descrie cum a reacţionat Stefan, care era "plin de Duhul Sfânt", atunci când a fost ucis cu pietre. Uciderea cu pietre era un mijloc oribil şi foarte dureros pentru a pedepsi un om, dar Stefan a fost lipsit de duhul răzbunării. Sângerând şi plin de vânătăi, el şi-a adunat ultima picătură de energie pentru a se lăsa pe genunchi şi a se ruga: "Doamne, nu le ţine în seamă păcatul acesta!" (Cap. 7:60). Câţi dintre noi, lapidaţi de o gloată depravată, am fi gata, în primul rând, să ne rugăm cu ultima noastră suflare pentru fericirea lor spirituală? Putem, numai în parte, să răspundem la această întrebare făcând un mic inventar. Am fost noi obligaţi să aruncăm înapoi pietrele care ne-au ieşit în cale? în conversaţiile noastre, am încercat noi să tăiem capetele sau să chemăm foc asupra acelora care ne-au produs momente grele? Cum am reacţionat faţă de unii

din colegii noştri, care, fie din neştiinţă fie cu intenţie, au făcut ceva ce nu ne-a plăcut? Am trântit uşa, am refuzat să stăm la masă, am stat îmbufnaţi tot restul serii, sau am dat fuga să-i ponegrim? O apreciere cinstită ar trebui să ne lămurească dacă posedăm cu adevărat Duhul Sfânt al lui Cristos. Lipsa Duhului Sfânt ne va face susceptibili la multe boli trupeşti şi sufleteşti din cauză că atunci când suntem nedreptăţiţi de cineva, nu putem rezista ispitei de "a-i veni de hac" cu toate că aceasta ar însemna să plătim un preţ mare lovind în propriul nostru trup. Cristos poate să răstignească firea noastră pământească şi să înlăture din viaţa noastră orice gânduri dăunătoare care aduc boli. Atunci putem să candidăm pentru botezul cu Duhul Sfânt.

Pavel, care se considera vinovat deoarece a fost martor la uciderea cu pietre a lui Stefan şi a auzit rugăciunea sa, schiţează paşii ce trebuiesc făcuţi spre descătuşarea de duhul de răzbunare care produce boală: "De aceea omorâţi mădularele voastre care sunt pe pământ... Din numărul lor eraţi .şi voi odinioară câpd trăiaţi în păcate. Dar acum lăsaţi-vă de toate aceste lucruri, de mânie, de vrăjmăşie, de răutate, de clevetire, de vorbele ruşinoase care v-ar putea ieşi din gură; nu vă mînţiţi unii pe alţii, întrucât v-aţi dezbrăcat de omul cel vechi cu faptele lui şi v-aţi îmbrăcat cu omul cel nou care se înnoieşte spre cunoştinţă după chipul Celui ce l-a făcut... îmbrăcaţi-vă cu o inimă plină de îndurare, cu bunătate, cu smerenie, cu blândeţe, cu îndelungă răbdare... iertaţi-vă unul pe altul; cum v-a iertat Cristos, aşa iertaţi-vă şi voi. Dar mai presus de toate acestea, îmbrăcaţi-vă cu dragostea care este legătura desăvârşirii (Coloseni 3:5,7-10, 12-14).

"Nici una din aceste boli" este promisiunea valabilă şi pentru noi dar numai dacă am lepădat natura vechiului om cu practicile sale"

12. Ouă - doar ouă

"Doctore, împreună cu soția am călătorit 30 de mile pentru a vorbi cu dvs. Nici unul din noi nu am avut vreodată o boală până acum câteva luni când am contractat insomnia. Acum ambii luăm pastile pentru somn, uneori două sau mai multe pe noapte, dar credem că nu aceasta este soluția. Aveam dureri în cavitatea abdominală, dar la o radioscopie nu s-a constatat nici un deranjament. Soția a început cu dureri de inimă. Un specialist a examinat-o şi a spus cu nu este caz de îngrijorare. Am venit cu maşina în această după-amiază ca să vedem dacă ne puteți ajuta."

Era o pereche plăcută la vedere pentru cei 70 de ani ai lor. Păreau că au ieşit acum din şcoală. Nu i-am văzut niciodată până acum. în acea după-amiază eram foarte ocupat şi prea aglomerat ca să-i pot ajuta cu ceva. După ce am pus câteva întrebări doamnei şi am examinat-o superficial fără să găsesc ceva în neregulă, dânsa scoase o scrisoare din buzunar şi îmi zise: "Doctore, ai putea să crezi că sunt nebună, dar tulburările noastre par să fi început imediat după ce am primit această scrisoare. Iat-o, citeşte-o!"

«Dragă George,
Am aflat că ați vândut nişte ouă lui Harry Bickerstaff. Trebuie să ştiți că am investit o sumă considerabilă în comerțul cu găini şi sunt în stare să livrez oamenilor din acest mic sat mai multe ouă decât ar putea să mănânce. Trebuie de asemenea să ştiți că comerțul meu suferă dacă dvs. țineți câteva găini şi vindeți ouă lui Harry. Consider deci că ar fi bine să încetați!
Marning Caspar»

Am privit-o. Avea ochii plini de lacrimi. Ea continuă apoi: "Am crezut că avem şi noi dreptul să vindem ouă lui Harry. El preferă ouăle noastre maronii de Rhode Island acelora albe ale lui Caspar. Din acea zi, Marning Caspar a refuzat să mai vorbească cu noi când îl întâlneam pe stradă. Ne simțim foarte prost din cauză că nu am avut niciodată o asemenea situație. Ne-am frământat foarte mult cu această problemă. Eu cred că tulburarea noastră provine de la ouă, numai de la ouă. " Apoi îşi propuse că după ce vor ajunge acasă vor abandona comerțul cu ouă. Am sfătuit-o să încerce acest lucru, căci merită. Câteva luni mai târziu, fiica lor mi-a spus că au făcut exact ce şi-au propus şi că niciodată în viața lor nu s-au simțit aşa de bine ca acum.

Ei au încetat să mai ia somnifere şi nu au mai avut nici o suferință sau necaz. Desigur, ei au avut tot dreptul să continuie a vinde ouă. Desigur ei au

considerat că o capitulare în fața lui Marning Caspar ar fi o nebunie. Oare a fost? Ei au cheltuit deja aproape douăsute de dolari pentru examene radiologice şi alte tratamente, în timp ce câştigul din ouă se ridica abia la câțiva dolari. Exprimată în dolari şi cenți, afacerea nu era deloc rentabilă. Pe lângă aceasta, ei ar fi pierdut pacea sufletească a cărei valoare nu se poate preț.

Mai relatez o întâmplare, fără prea multe comentarii. Un prieten al meu a fost surprins să afle că un pxeot a părăsit amvonul acum câțiva ani şi s-a apucat să practice medicina. întrebat de ce a făcut aceasta, el a răspuns: "M-am apucat de medicină fiindcă am constatat că oamenii plătese mult mai mulți bani pentru a se îngriji de corpurile lor decât de sufletele lor." Câțiva ani mai târziu, ornul acesta a părăsit medicina şi a devenit avocat. Foarte nedumerit, prietenul l-a întrebat din nou şi a primit răspunsul: "M-am apucat de avocatură pentru că am constatat că oamenii plătese mai mulți bani pentru că îşi fac de cap decât pentru trupul şi sufletul lor."

Ce adevărat era! Astăzi nenumărați oameni îşi ruinează trupul, miritea şi sufletul din cauză că se încăpățânează în manierele lor egoiste. Mare valoare are proverbul care spune că nebun este omul care zice că nu poate să fie mânios, dar înțelept este omul care nu vrea să fie mânios. Un bărbat şi o femeie au scăpat de insomnie, nefericire şi boală pentru că înaintea dreptului lor de a vinde ouă au pus îndemnul inspirat al cuvântului lui Dumnezeu: "Şi dacă cineva te sileşte să faci o leghe, fă cu el două" (Matei 5:41). Nebunie? Să mergi o leghe în plus şi să-ți asiguri pacea sufletească şi un somn linişțit noapte după noapte? Oricine a făcut acest lucru poate să confirme binefacerile reconfortante din punet de vedere medical pe care le-a experimentat pe propriul trup.

Isus, dând îndemnul acesta, cu siguranță că s-a gândit nu numai la trupurile şi simțămintele noastre ci şi la sufletele noastre: "Orişicine vrea să se judece cu tine şi să-ți ia haina, tu lasă-i şi cămaşa" (Matei 5:40).

O astfel de purtare nu se potriveşte cu mândria noastră, dar este cu mult mai preferabilă pentru sănătatea şi fericirea noastră. Fiecare din noi trebuie să decidă dacă este mai bine să acționeze pentru satisfacerea mândriei sau pentru a sănătății.

13. "Iubire sau moarte"

Într-un capitol anterior m-am referit la cartea Dr. English, în care enumeră următoarele emoții producătoare de boli: gelozie, invidie, egocentrism, ambiție, furie, înşelăciune, resentimente şi ură. Acum 1900 de ani, apostolul Pavel ne avertiza împotriva acestor emoții şi ne dădea şi antidotul - iubirea. Este o coincidență, dar Dr. English enumeră aceste emoții în oarecare măsură în aceeaşi ordine ca şi apostolul Pavel cu secole mai înainte:

Dr. English
gelozie şi invidie

Ap. Pavel (1 Corinteni 13:4-5)
"dragostea nu pizmuieşte (nu invidiază)"

Dr. English
egocentrism
"dragostea nu se laudă, nu se umflă de mândrie"

Dr. English
ambiție

Ap. Pavel (1 Corinteni 13:4-5)
"dragostea nu se poartă necuviincios, nu caută folosul său"

Dr. English
ânşelăciune, furie, resentiment, ură

Ap. Pavel (1 Corinteni 13:4-5)
"dragostea nu se mânie, nu se gândeşte la rău" (nu este provocatoare).

Dragostea este unul şi singurul antidot care poate să salveze pe om şi să-l scutească de multe boli pricinuite de emoțiile naturii sale păcătoase. Psihiatrul Smiley Blanton accentuiază acest fapt în titlul uneia din cărțile sale "Iubire sau moarte". Fără iubire - acea solicitudine şi profundă considerație pentru alții - omul probabil va pieri de o diversitate de boli ale minții şi trupului.

Un binecunoscut psihiatru de valoare internațională, Alfred Adler, scrie: "Sarcina cea mai importantă impusă de religie a fost întotdeauna ,Iubeşte pe aproapele tău..... Este vorba de un individ care nu se interesează de semenul său când acesta se află în mari dificultăti, şi care aduce cele mai mari ocări

altora. De aici izvorăse de fapt toate greşelile omeneşti." Dr. Adler îşi bazează aceste concluzii cuprinzătoare pe o analiză atentă asupra a mii de pacienți. El a remarcat că o lipsă de iubire a fost observată în "toate căderile omeneşti" (What Life Should Mean to You, Boston, Little, Brown and Co., 1931, pag. 258).

Această linie este în concordanță cu învăătura biblică. Iubirea a fost piatra unghiulară a Vechiului Testament.

Isus nu a lepădat acea piatră ci a pus-o la temelia Noului Testament când spune: "Să iubeşti pe Domnul Dumnezeul tău din toată inima ta. din tot sufletul tău şi din tot cugetul tău. Aceasta este cca mai mare şi prima poruncă. Şi a doua asemenea ei este să iubeşti pc aproapele tău ca pe tine însuți. în aceste două porunci se cuprinde toată Legea şi Proorocii" (Matei 22:37-40).

Atunci când am citat Biblia şi pe Dr. Adler pacienților care sufereau fizic şi moral în urma lipsei de dragoste, unii dintre ei au răspuns că este foarte greu să schimbi unele sentimente - să schimbi ura în dragoste. Aceasta este adevărat. Psihologii admit acest punct de vedere pretinzând că voința nu are controlul complet asupra emoțiilor. Dar aceiaşi psihologi afirmă că voința are un bun control asupra acțiunilor noastre. Prin urmare voința noastră are în mare măsură puterea să decidă ceea ce trebuie să facem sau să nu facem. Acest lucru este important deoarece având putere asupra acțiunilor noastre, vom putea schimba şi simțămintele noastre. Isus a spus: "Iubeşte pe duş-manii tăi, binecuvintează pe cei ce te blestemă, fă bine celor ce te urăsc" (Matei 5:44). Fă puțin bine duşmanului tău şi vei fi surprins să afli că va fi mult mai uşor să-l iubeşti. Aceasta este metoda sănătoasă, bibfică şi psihologică de a schimba simțămintele noastre. Ea va face tot atât de multe minuni câte au fost făcute de lampa lui Aladdin.

"Fă bine celor ce te urăsc!" Imposibil? Nicidecum dacă urmezi unele îndrumări simple. Primul pas în realizarea imposibilului se poate obține chiar în bucătărie. Ați făcut-o de multe ori şi o puteți face din nou. Al doilea pas! Preparați o plăcintă cu mere. Sigur că va fi mai delicioasă decât cea de cofetărie. Sau pregătiți un tort cu nuci. De fapt nu are importanță cu ce ați garnisit prăjitura deoarece nu o duceți la expoziție. Ați făcut plăcinta? Până aci toate bune. Acum aruncați o privire severă asupra picioarelor dvs., aşa cum n-ați făcut niciodată şi porunciți-le în mod autoritar: "Picioarelor, mă veți duce împreună cu plăcinta la d-na Cucu. Da, ştiu că nu ați fost acolo de peste un an, dar azi veți merge." "Haide să mergem!"

În timp ce începeți aventura vă veți simți curios de schimbată, vă veți simți mai caldă de parcă vă furnică ceva prin picioare. Veți simți că se petrece ceva minunat şi în pieptul dvs. Veți avea aceiaşi senzație pe care ați avut-o de multe ori privind un ghiocel răsărind de sub ghiață sub soarele primăverii.

Traversați calea ferată, coborâți pe strada Depoului şi începeți să înțelegeți ceva mai bine acum atitudinea doamnei Cucu. în acest timp trece un tren greu de marfă zguduind casele şi trotuarele şi împrăştiind o funingine neagră, iar mănuşile dvs. albe imaculate sunt puțin înnegrite. în acelaş timp, copii murdari şi neastâmpărați aruncă cioburi după dvs., țipă şi înjură. Acum, în sinea dvs. vă ziCeți: "dacă ar trebui să trăiesc aici, aş fi şi eu tot aşa de uşor iritabilă. "

ân timp ce urcați scările, nu puteți să vă rețineți zâmbetul la marele rol pe care îl jucați. Bateți la uşă, doamna Cucu vă întimpină surprinsă, o salutați cu un zâmbet drăgălaş şi îi adresați câteva cuvinte binevoitoare. Vă întrețineți îndelung în sufragerie şi încheiați vizita cu promisiunea la o contravizită. La despărțire, o strângere de mâini, o îmbrățişare înflăcărată şi spontană vă surprinde pe amândouă.

Simțiți acum că un miracol divin s-a petrecut în interiorul dvs. din cauză că dragostea lui Dumnezeu străbate întreaga dvs. ființă. Imposibilul s-a produs! Pe drumul spre casă vă simțiți ca şi când ați zbura, aşa cum o făceați când erați o fetiță fără grijuri. Ființa dvs. este cuprinsă de o bună dispoziție care vă lipsea de mulți ani. Vă simțiți aşa de bine încât vă decideți să nu mai treceți pe la doctor şi să nu mai luați acele "tablete" pentru nervii dvs. zdruncinați; de acum înainte nu se vor mai zdruncina. Niciodată în viață nu v-ați simțit aşa de bine, chiar şi durerea de spate a dispărut.

.,Iubiți pe duşmanii voştri, faceți hinc celor ce vă urăsc." Acesta poate să fie un tonic foarte amar de înghițit, dar când va ajunge la inimă, el va fi surprinzător de fortificant şi antrenant. Daca poți să iubeşti, nu trebuie să mori. Facând binele, poți să schimbi ura în dragoste.

Ascultând indemnul Domnului de a iubi pe alții, chiar pe cei antipatii, veți scăpa de o sumedenie de boli serioase şi istovitoare. Omenirea poate nutri bune speranțe numai dacă va domni o astfel de iubire între indivizi, între rase şi între națiuni.

14. Pisici şi crocodili

Atunci când o pisică întâlneşte pe neaşteptate un câine, i se zbârleşte blana, inima îi bate mai puternic, tensiunea arterială creşte, respirația îi este accelerată. Adrenalina şi alte secreții ale glandelor sunt imediat difuzate în circuitul sângelui deoarece centrul emotiv, stârnit de frică, trimite mesagii de alarmă fulgerător de rapide în toate părțile corpului. Răspunsul organismului la aceste mesaje se numeşte "reacție de alarmă". O asemănare cu pisica o are şi leul pe care l-am văzut adesea în grădina zoologică. în cuşca lui păşeşte fără răgaz încoace şi încolo de sute de ori într-o zi. Este fricos, fără astâmpăr şi înfrânt. Când se opreşte un moment şi se uită printre gratii, are expresia neliniştită, are cute adânci verticale pe frunte. Are exact expresia şi figura unui cetățean care îşi face declarația anuală pentru impozitul pe venituri.

În altă parte a grădinii zoologice se află un crocodil. în contrast cu leul, domnul crocodil zace nemişcat ca un buştean, doar rareori mai clipeşte din ochi. El reprezintă liniştea întruchipată şi cu siguranță nu se sinchiseşte de ceea ce leii ar putea să spună despre el; nici nu încearcă să se înfrunte cu urşii. Pe față are cucuie şi zbârcituri cu duiumul, dar niciodată nu a vărsat vreo lacrimă (de crocodil) pentru ele.

Cât de mult trăiesc aceste animale? într-o grădină zoologică am văzut un leu de 25 de ani. Ochii îi erau obosiți şi mersul nesigur. Era cu adevărat ramolit şi în mare parte îi lipsea şi dantura. La numai 25 de ani er gata pentru groapă. Este crocodilul bătrân la 25 de ani? Nicidecum! El mai trăieste mult timp după ce oasele leului s-au uscat şi au albit zăcând în pustie.

De ce diferă aşa de mult în duratele lor de viața aceste două animale? Dr. George Crile a dat răspunsul unui grup de medici în muzeul său clinic din Cleveland. El a crescut multe specii de animale din toată lumea şi de la fiecare animal erau reproduse exact glandele suprarenale şi tiroide.

Leul avea glandele suprarenale mari. El a trăit o viață de mare încordare şi reacțiile de panică erau manifestări curente. Centrul emotiv al leului era întodeauna solicitat din cauza abundenței de adrenalină în alergările sale obositoare după vreo antilopă iute sau în luptele înverşunate cu alți lei şi bivoli africani. Leul avea şi glanda tiroidă mare, un indiciu că şi-a petrecut zilele întro-o activatate încordată.

În contrast izbitor, aceleaşi glande la crocodil erau foarte mici. Sistemul lui nervos nu a supus la solicitări aceste glande şi adrenalina nu a bombardat

inima sa în mod repetat pentru a produce viteze ameţitoare. Adrenalina nu i-a ridicat tensiunea ca să-i îngroaşe arterele în mod prematur.

La o fiinţă omenească, mărimea glandelor suprarenale şi tiroide sunt determinate de numărul reacţiilor de alarmă emise de centrul emotiv. Departamentul Sănătăţii Statului New-York a publicat fotografiile a două glande suprarenale ale omului. O glandă era de mărime normală, cealaltă foarte mărită ca rezultat al încordării (Health News, Februarie 1955, p. 9). Individul de la care a fost recoltată glanda mărită a murit, probabil, cu mulţi ani înainte din cauză că secreţia mărită de adrenalină a făcut ravagii în una sau mai multe din funcţiile corpului său. El nu numai că şi-a scurtat zilele, dar zilele lui au fost probabil pline de hărţuieli emotive.
Trebuie să reamintim însă, că în mod normal, glandele suprarenale şi tiroide sunt necesare şi folositoare. Dacă cineva se trezeşte noaptea şi constată că un hoţ a pătruns în locuinţă, frica acţionează centrul emotiv care trimite mesaje acestor glande pentru producerea mărită a hormonilor, dând posibilitatea inimii individului să bată mai puternic şi să acumuleze mai multă energie fie pentru o luptă, fie pentru o fugă. Acest surplus de energie oferit de glande poate duce la salvarea vieţii dacă cineva este fugărit de un leu, sau întâlnit de un răufăcător la drumul mare.

Dacă însă o persoană stă în amiaza mare în toată siguranţa în locuinţa sa şi permite minţii sale să se gândească la spărgători şi la tauri care îl atacă, centrul emotiv va trimite mesaje de alarmă către glande şi inima precum şi tensiunea vor acţiona ca şi când individul ar fi realmente atacat. Cum s-a arătat deja, corpul, în mod normal, are nevoie de aceşti hormoni, dar dacă săptămâni şi luni în şir este supus la suprasolicitări, vor avea loc reacţii dăunătoare.

Încordările (stressul) nu sunt nici pe departe atât de răspunzătoare pentru o mulţime de boli, cât sunt propriile noastre reacţii faţă de aceste încordări. Cabinetul unui medic este plin de oameni suferinzi de aproape toate bolile enumerate în această carte, din cauză că minţâle lor sunt încărcate de mii de grijuri privitoare la bani, sănătatea lor şi a copiilor, etc.

Uneori şi doctorul suferă în acelaşi fel. Recent am avut o pierdere bănească. Pierderea stăruia înaintea mea când m-am dus la culcare. M-am deşteptat apoi la ora 4 mimineata. Nici a doua noapte nu am putut dormi din cauză că eram deprimat. Sunt sigur că glandele mele suprarenale şi alte glande au pompat un surplus de hormoni dăunători organismului meu. Cred că necazul meu ar fi dăinuit mult timp, dar după două zile am avut o mare uşurare când am început să pun în practică acest verset biblic: "Mulţumiţi lui Dumnezeu pentru toate lucrurile" (1 Tesaloniceni 5:18). înainte de a citi acest verset eram victima îngrijorărilor. După aceea am fost stăpânul lor. Uşurarea pe care am experimentat-o a fost incomparabil mai mare decât cea pe care aş fi dobândit-o înghiţind sedative sau calmante care nu poate să dea pacea interioară, ci doar să oprească vremelnic unele din impulsurile ce pleacă de la centrul emotiv. Mult mai eficace şi permanentă este o altă reţetă din Cartea Cărţilor: "Nu vă îngrijoraţi de nimic, ci în orice lucru aduceţi

cererile voastre la cunoştința lui Dumnezeu prin rugăciuni şi cereri cu mulțumiri şi pacea lui Dumnezeu care întrece orice pricepere omenească vă va păzi permanent inimile şi gândurile voastre dacă rămân în Isus Cristos" (Filipeni 4: 6-7).

Cunose încă o rețetă demnă de o mie de dolari. Am prescriso de multe ori atât la bărbați cât şi la femei bolnave. în prezent ea este cu mult mai valoroasă pentru oricine o memorizează şi ia hotărârea ca să-i fie normă în gândire şi vorbire: "Âncolo, frații mei,'tot ce este adevărat, tot ce este vrednic de cinste, tot ce este drept, tot ce este curat, tot ce este vrednic de iubit, tot ce este vrednic de primit, orice faptă bună şi orice laudă, aceea să vă însuflețească" (Filipeni 4:8,9b).

15. Sunteți tot atât de bătrân ca şi arterele dvs.

În alergarea zilnică printre furcile caudine ale multor ucigaşi, ştiința medicală oferă un ajutor deosebit alergătorului. El poate să treacă în siguranță pe lânga domnul Diabet, orbindu-l cu câteva seringi de insulină. Adesea, domnul Cancer poate fi înlăturat prin talentul unui chirurg. Chiar şi doamna Pneumonie poate acum să fie răpusă împuşcând-o cu penicilină. Dar, dealungul acestui drum întâlnim pe doamna Arterioscleroză care sfidează cu succes armele medicale şi mânuieşte un pumnal tot mai mare pe an ce trece. într-adevăr, statistici recente arată că această rebelă răpune singură 54% din toți alergătorii pe sub furcile caudine. (P.B. Roen, "Atherosclerosis", General Practice, January 1959, p. 11).

Oricine poate să înțeleagă câte artere bolnave sunt cauza unor aşa de multe decese, atunci când cunoaşte că arterele bolnave stau la baza şocurilor de apoplexie, ale atacurilor coronariene, ale anghinelor pectorale, ale gangrenelor şi ulcerelor, ale unor boli de rinichi, precum şi ale altor stări fatale. Arterele produc tulburări pe o scară foarte întinsă din cauză că ele devin mai inguste, sclerozate şi deci sângele circulă mai greu prin ele. >j'esuturile vii necesită în permanentă alimentare cu sânge proaspăt. Dacă această alimentare este întreruptă sau împiedecată, se ajunge curând la consecințe groaznice şi chiar la moarte. Dacă arterele organelor vitale ale corpului ar putea fi păstrate nesclerozate, jumătate din oamenii care mor ar mai fi putut trăi încă.

Este adevărat, omul este tot atât de bătrân ca şi arterele sale. Pe drept cuvânt, arterioscleroza a fost denumită "boala fiecăruia".

Ce putem face pentru a înlătura pe cel mai sălbatic ucigaş al omului`? Literatura medicală abundă în studii care arată importanța reducerii unei substanțe grase numită colesterol. Tumorile de colesterol se formează pe pereții vaselor sanguine şi împiedecă elasticitatea arterelor. Aceste tumori se numesc ateroame, de unde şi termenul de ateroscleroză pentru tipul cel mai grav de arterioscleroză.

S-a pus mare accent pe reducerea colesterolului din sânge, deoarece pare să fie o strânsă legătură între cantitățile mari de colesterol şi ateroscleroză. Multe studii ştiințifice recente arată că agenții cei mai importanți care mărese acest periculos colesterol în sânge, sunt:

1) Consumul de grăsimi animale;
2) Supragreutatea;
3) Fumatul
4) Emoțiile şi încordarea (stressul).

În ultimii ani ştiința medicală a fost pusă în fața faptului că o cauză importantă a arteriosclerozei este alimentația cu grăsimi animale. Aceste grăsimi formează tumori subțiri şi uleioase de colesterol în interiorul pereților arterelor împiedecând circulația sângelui. în ultimul dcccniu, revistele, radioul şi televiziunea difuzează bunele sfaturi că noi putem reduce ravagiile celui mai mare ucigaş prin întreruperea rației alimentare cu grăsimi animale. Pe cât suntem de fericiți că ştiința a ajuns la acest rezultat, pe atât suntem de uimiți descoperind că cercetările noastre ultramoderne sunt cu 3500 de ani în urma Cărții Cărților (Biblia): "Domnul a vorbit lui Moise şi a zis, vorbeşte copiilor lui Israel şi spune-le "Sa nu mâncați nici un fel de grăsime de bou, de miel sau de capră. Grăsimea unui dobitoc mort sau sfâşiat de vreo fiară va putea fi întrebuințată la orice altceva, numai să n-o mâncați" (Levitic 7:22-24).

Domnul a accentuat repetat pericolul înspăimântător al arterâosclerozei. Povața sa preventivă este de a nu mânca grăsime animală (Levitic 3:17).

Supragreutatea este un alt factor important în formarea depunerilor de colesterol în interiorul arterelor.
Corelația între supragreutate şi creşterea procentuală a ratei de decese la persoane între 45 şi 50 ani

Supragreutatea în pfunzi în procente (1 pfd = 453 g)	**Rata deceselor**
10	8
20	18
30	28
40	45
50	56
60	67
70	81
90	116

Supragreutate înseamnă grăsime pe care obezul o are mereu din belşug. într-un manual modern de medicină citim: "Nu este o doctrină nouă că gurmanzii au o predispoziție la îmbolnăvire şi o rată mare a mortalității ca urmare a îmbolnăvirii vaselor sanguine. Cercetări recente au confirmat părerea tradițională. S-a dovedit statistic că obezii au o frecvență mai mare la hipertensiune arterială şi că depunerile aterosclerotice se dezvoltă mai devreme şi mai abundent la supraalimentați" (Russell L. Cecil, and Robert F. Loeb, A Textbook of Medicine - Philadelphia, W.B. Saunders Co., 1959 p. 645.)

Cu secole mai înainte, inspirat, apostolul Pavel a scris lui Tit care era predicator în Creta: "Unul dintre ei, chiar prooroc al lor a zis: cretanii sunt..... nişte pântece leneşe. Mărturia aceasta este adevărată. De aceea mustră-i aspru ca să fie sănătoşi în credință" (Tit. 1:12-13).

Biblia are încă multe alte referințe directe şi indirecte care avertizează împotriva necumpătării în mâncare. Ascultarea de avertismente va da putere de muncă, aspect plăcut, formarea caracterului, fericirea şi longevitatea.

Fumatul măreşte de asemenea concentrația colesterolului în sânge. Acest fapt este explicat clar într-un studiu asupra 187.000 oameni pe o perioadă de 44 luni. S-a constatat că o treime din decesele coronariene au fost atribuite fumatului (nicotinei) (E.C. Hammond and Daniel Horn "Smoking and Death Rates", Journal of the American Medical Association, Martie 15, 1958, p. 1304). Statisticile U.S.A. din anul 1957 arată că arterioscleroza inimii a ucis 452 507 oameni şi se presupune că fumatul singur era răspunzător pentru circa 150.000 din aceste decese ("Vital Statistics", National Summaries, 24 april 1959, p. 130).

Poate fumatul să mărească colesterolul în sânge? Cercetători din Philadelphia au arătat recent că nicotina este răspunzătoare de formarea următoarelor substanțe în singe: adrenalina, acizii graşi liberi şi colesterolul. Ei raportează că atât fumatul cât şi încordarea psihică produc adrenalină, iar adrenalina implică mai departe depozitarea de grăsimi -colesterolul, ucigaşul lent dar sigur al organismului (Medical News, 2 iunie 1961 p. 1).

Deoarece fumatul şi încordarea psihică pot să producă adrenalină care la rândul său produce colesterolul, putem acum să întelegem şi modul prin care fumatul şi încordarea psihică răpun ființele omeneşti.

Acum, încă un cuvânt despre încordarea psihică. Cu toate că ştiința medicală cunoaşte acum otrăvurile pe care încordarea le transmite organismului şi cunoaşte efectele produse de acestea, totuşi ea nu poate oferi decât un mic ajutor pentru prevenirea tulburărilor pe care le aduce încordarea şi frica.

Oartenii politici afirmau cu îndrăzneală în anul 1941 că ei ar putea să elimine marele duşman al omului -frica. Fostul preşedinte Franklin D. Roosevelt s-a întâlnit cu marii conducători ai popoarelor şi a întrodus în "Carta Atlantică" cele patru libertăți. Această Cartă promitea marea cu sarea. Ea se numără printre cele mai mari doctrine din toate timpurile, din cauză că promitea tuturor națiunilor cele 4 libertăți fundamentale, una din acestea fiind eliberarea de frică.

Patru ani după această promisiune, prima bombă atomică a omorât mii de oameni şi a supus alte zeci de mii la suferințe groaznice şi la moarte lentă. Omenirea a fost cuprinsă de o frică nemăsurată cum nu a mai apucat niciodată până acum, deoarece femeile, copiii şi oamenii în vârstă au devenit

tot atât de vulnerabili ca şi soldaţii din prima linie a frontului. Istoriograful H.G. Wells, oglindind frica din acea zi, spune: "Lumea este la capătul puterilor sale. Sfârşitul oricărei forme de viaţă este aproape" (Harold Gretzinger, "No Time to Waste", Christian Life, februarie 1949).

În anii următori au fost fabricate bombe cu mult mai puternice. încordarea şi bolile din cauza fricii au crescut. O autoritate competentă a spus că există o şansă din cinci, ca omenirea să scape în acest secol fără un mare prăpăd.

Luând cuvântul la Naţiunile Unite, preşedintele John F. Kennedy a spus la 26 septembrie 1961: "Fiecare bărbat, femeie şi copil trăieşte sub sabia nucleară a lui Damocles. Această sabie atârnă de o aţă foarte subţire capabilă să fie tăiată în orice moment prân un accident, un calcul greşit sau o nebunie."

O singură Cartă oferă eliberarea de frică şi încordare în acest secol atomic. O singură Cartă poate să facă aceasta cu toată certitudinea, fiindcă ea şi-a dovedit valoarea faţă de milioane de înrobiţi de frică în toate timpurile. Cartea Cărtilor (Biblia) abundă în asigurări care au reconfortat şi au ajutat bărbaţi şi femei în toate căile vieţii:

"Da, El te scapă de laţul vânătorului, de ciumă şi de pustiirile ei. EL te va acoperi cu penele Lui şi te va ascunde sub aripile Lui... Nu trebuie să te temi nici de groaza din timpul nopţii, nici de săgeata care zboară ziua, nici de ciuma care umblă în întuneric, nici de molima care bântuie ziua în amiaza mare... O mie să cadă alături de tine şi zecemii la dreapta ta, dar de tine nu se va apropia" (Psalm 91: 3-7).

Batjocoritorii vor riposta: "Nu ştii că bombele atomice sunt atât de puternice încât una din ele a suflat de pe faţa pământului (a mării) o mică insulă în Pacific?" Poate eă Domnul ne face cunoscută această zi atomică prin scriitorul inspirat al Psalmului 46: "Dumnezeu este adăpostul şi sprijinul nostru, un ajutor care nu lipseşte niciodată în nevoi. De aceea nu ne temem chiar dacă s-ar zgudui pământul şi s-ar clătina munţii..., chiar dacă ar urla şi ar spumega valurile mării şi s-ar ridica până acolo de să se cutremure munţii" (Psalm 46:1-3). "Opriţi-vă şi să ştiţi că Eu sunt Domnul Dumnezeu, Eu stăpânesc pe pământ, Domnul oştirilor este cu noi. Dumnezeul lui Iacov este un turn de scăpare pentru noi" (Ps. 46: 14-11).

Astăzi, perspectiva omenirii este mai întunecată decât în orice timp anterior al istoriei. Cu toate acestea pentru creştinul credincios, perspectiva sumbră este numai o indicaţie a revenirii iminente şi glorioase a lui Isus Cristos. Credinciosul nu are nevoie să fie cuprins de frică. Cu cât timpurile devin mai grele, cu atât mai multe motive are creştinul adevărat să se uite în sus, căci eliberarea lui este aproape.

16. David şi uriaşul "teamă"

"Doctore, am venit la dumneata din cauză că sunt complet istovit. Până să mi se întâmple acest lucru, puteam să lucrez toată ziua fără să obosese. Acum, când pornese cu tractorul spre câmp, mă-simt aşa de slăbit încât trebuie să mă opresc înainte de a ajunge la jumătatea drumului, mă dau jos şi mă aşez ca să-mi recapăt forțele pentru a pleca mai departe. Asta nu-mi place. Luna trecută am fost complet dărâmat şi am scăzut şi dir greutate."

Uimit, am privit la fermierul voinic în vârstă de 30 de ani. El nu a fost bolnav niciodată, dar acum era complet incapabil de muncă. Mă gândeam în primul rând la o anemie gravă, leucemie sau poate o hemoragie internă. îmi mai veni în minte şi posibilitatea vreunui cancer sau a unei tuberculoze. Dar o examinare fizică şi analizele de laborator nu arătau nici un deranjament organic. Am consultat şi interogat pe acest tânar cu şi ma mare băgare de seamă. Am descoperit că simpatica sa logodnică avea întâlniri cu un alt flăcău. De asemenea, un cetățean i-a promis să-i vândă un automobil uzat la un preț convenabil, dar acesta a urcat prețul cu 200 de dolari. Teama de a-i pierde pe ambii şi fata şi automobilul, a fost cauza pentru care pacientul meu şi-a pierdut pofta de mâncare, somnul şi puterea de muncă. Da, aceastăoboseală neobişnuită se datora integral supărării şi neliniştii.

Dr. Hans Selye, o autoritatea de factură mondială în materie de stress (încordare), a arătat că o încordare de lungă durată şi continuă se termină prin extenuare. Nu munca, ci supărarea ne oboseşte.

Explicându-i pacientului meu situația şi dându-i câteva tablete sedative, mai mult ca un şiretlic, puterea i-a revenit la normal, aspectul său s-a îmbunătățit de asemenea şi până la urmă a reuşit şi s-a căsătorit cu iubita inimei sale.

Poate că şi tu ai avut o situație asemănătoare. în unele zile ai lucrat cu spor de dimineață până noaptea târziu fără să simți oboseală. Apoi, după ce te-ai certat cu cineva în timpul zilei, tea cuprins o slăbiciune neobişnuită. şovăială şi fel de fel de gânduri. Uneori vrei să-ți reaminteşti cauza aitării emoționale care te-a cuprins. Adesea cauza nu este altceva decât faptul că şeful a privit asupra activitătii tale din acea zi, observând: "Este aceasta tot ceea ce poți face?" O altă cauză poate să fie faptul că ți-ai făcut singură o rochiță nouă cu care ai venit la serviciu, dar nici o persoană din birou n-a făcut vreun comentariu asupra ei.

Adesea pacienții îmi spun că sunt tot atât de obosiți dimineața la sculare ca şi seara la culcare. Somnul ne regenerează şi înlătură oboseala din timpul zilei, dar nu şi epuizarea care izvoreşte din supărări. Foarte mulți îşi iau supărările cu ei în pat. Singura doctorie pentru aceasta este sd enumeri binecuvântările primite în cursul zilei şi să-i mulțumeşti Domnului pentru darurile şi bunătatea Sa.

Neliniştea poate să se mai manifesteze şi pe alte căi.

O mamă mi-a adus pe fiul ei în vârstă de 5 ani care era acoperit de o spuzeală. Ea mă întrebă care ar fi cauza că Tony al ei avea o asemenea erupție, deoarece nu a avut niciodată urticarie şi nici nu i-a schimbat regimul alimentar. Apoi s-a oprit. Am îndemnat-o să continuie. Râzind mi-a spus în continuare că Tony capătă urticarie numai când rămâne toată ziua cu mătuşa lui. Ea s-a mutat recent a noi, zise dânsa, şi îi place să țină gospodăria ca scoasă din cutie. Ordinea exagerată a fost mereu idolul ei. Este adevărat că Tony este un copil neatent, dar mătuşa îl dojeneşte şi îl cicăleşte pentru orice mică dezordine. Oare frica de mătuşa ar putea să-l influențeze, întrebă dânsa. îi răspunsei afirmativ, precizând că uneori urticariile sunt produse de frământări emotive. Am sfătuit-o să lase pe Tony în grija altcuiva. După aceea, băiatul nu a mai avut nici un acces de urticarie.

Îmi mai aduc aminte de d-na Shirley Johnson care se prezentă în cabinetul meu cu ambii ochi umflați, iar buzele îi erau de trei ori mai umflate decât normal. Ea contracta acest edem angioneurotic atât de des încât îi descoperi cauza: "âncordare emotivă, frica de autovehiculele din traficul oraşului, frica şi emoția când trebuia să se întrețină cu oamenii. Această stare se numeşte edem angioneurotic şi indică legătura cu încordarea - tensiunea emotivă.

Astmul de asemenea poate fi cauzat de încordare. Dificultatea de respirație la astmatic determină frică şi tensiune care la rândul lor agravează în mare măsură starea aceasta prin stabilirea unui cerc vicios. Un psihiatru povestea despre un pacient care avea accese astmatice întotdeauna când auzea sunând clopotul bisericii. Cauza acestei izbucniri era intrigantă. Tulburarea aceasta a început cu câțiva ani mai înainte în timp ce aştepta pe mireasa lui să sosească la biserică. în timp ce clopotul bisericii suna, un mesager sosi cu vestea că logodnica s-a răzgândit. Şocul emotiv ce a urmat a determinat un acces serios de astm la acest individ, încât în anii următori de fiecare dată când auzea clopotul, era apucat de acest acces astmatic.

Psalmistul David a avut mult mai multe motive decât noi să fie cuprins de frică. Gândiți-vă numai la întâlnirea lui cu un leu, cu un urs, cu uriaşul Goliat şi de câte ori nu mult a lipsit ca să fie omorât de mâna regelui Saul însuşi. Dar David a scăpat de o mulțime de boli psihosomatice deoarece îşi punea mereu încrederea în Domnul: "Domnul este lumina şi mântuirea mea, de cine să mă tem?... Dommul este sprijinitorul vieții mele, de cine să-mi fie frică?... Chiar o oştire de ar tăbărî împotriva mea, inima mea tot nu s-ar

teme. Chiar război de s-ar ridica împotriva mea, tot plin de încredere aş fi" (Psalmul 27: 1-3).

Hipertensiunea arterială poate să fie provocată nu numai de ură, aşa cum s-a arătat mai înainte, dar de asemenea şi de supărări. Din acest motiv, medicii caută să nu destăinuie pacienților care este tensiunea lor atunci când aceasta este mare. Cunoaşterea ei ar putea provoca frică şi astfel tensiunea ar creşte şi mai mult, putând să aibă consecințe grave. Una din autoritățile competente sfătuieşte medicii în astfel de cazuri să "uzeze de o mică minciună pe care o consideră justificată ca facând parte din tratamentul terapeutic." Această manevră (minciuna) poate să ferească în mod eficient pacientul de contractarea unci nevroze şi de tulburări de inimă. Convingerea şi experiența noastră este de asemenea că majoritatea simptomelor subiective asociate cu tensiunea arterială mărită erau determinate phisogen (emoțional) (Harold Thomas Hyman, An Integrated Practice of Medicine, Philadelphia, W.B. Saunders Co., 1946, p. 909). Acest citat demonstrează importanța uriaşului "frică" (teamă) în producerea şi agravarea hipertensiunii arteriale şi marile distanțe pe care medicii ar trebui să le parcurgă pentru a-şi salva pacienții. Totusi, minciuna a creiat întotdeauna mai multe probleme decât a rezolvat, pentru că mai devreme sau mai târziu, pacientul tot va descoperi adevărul. Atunci medicul a pierdut încrederea care este legătura cea mai importantă cu pacientul.

Fiecare dintre noi am avut şi vom mai avea întâlniri cu acest uriaş şi ar fi folositor să facem puțina istorie.

Atunci când puternicul rege Saul şi forțele lui erau înjosite în fața uriaşului Goliat, tânărul David era întristat de lipsa de credință în Dumnezeu a lui Israel. Refuzând să accepte metodele de luptă ale uriaşului, David s-a înarmat cu o puternică credință în Dumnezeu şi cu o praştie sfințită. A fost el înfricoşat? "Oride câte oxi mă tem, eu mă încred în Tine. Eu mă voi lăuda cu Dumnezeu şi cu Cuvântul Lui. Mă încred în Dumnezeu şi nu mă tem de nimic; ce pot să-mi facă nişte oameni"? (Ps. 56:3.4)

Credința lui David era mare şi aceasta i-a adus victorie. în trământările noastre zilnice, cu grijuri mici sau mari, practica credinței noastre va decide dacă disperăm sau învingem. David era în stare să învingă nu numai pe Goliat, ci şi teama, în multe ocazii. Poate că acesta este şi unul din motivele pentru care psalmii săi ne sunt de un aşa mare ajutor în tratarea grijurilor şi fricii.

Acelora care se îndoiesc de puterea Cuvântului lui Dumnezeu şi a Duhului Său de a ajuta pe oameni în problemele moderne, medicul Dr. Howard Kelly le scrie: "Eu declar solemn că Biblia este Cuvântul lui Dumnezeu pentru ca ea este hrană pentru suflet aşa cum mâncarea este hrană pentru trup. Biblia face apel la mine ca medic deoarece este un excelent medicament. Ea nu a dat greş niciosată în vindecarea unui pacient dacă acesta a respectat întocmai prescripțiile sale" (W.T. Purkiser, Exploring the Old Testament, Kansas City, Beacon Hill Press, 1960, p. 25).

Nici o prescripţie nu a ajutat mai mult oamenii ca Psalmul 23. El poate să fie recitat la masă, înainte de culcare şi ori de câte ori este nevoie. El va da unui om energia de a fi mai mult ca biruitor asupra uriaşului "frică" şi a bagajului său de boli: "Domnul este păstorul meu. NU voi duce lipsă de nimic. El mă paşte în păşuni verzi şi mă duce la ape de odihnă; îmi înviorează sufletul şi mă povăţuieşte pe cărări drepte din pricina Numelui Său. Chiar dacă ar fi să umblu prin valea umbrei morţii, nu mă tem de nici un rău, căci Tu eşti cu mine. Toiagul şi nuiaua Ta mă mângăie" (Psalm 23:1-6).

17. Artrită - de spaima unei pantere

Acum câtva timp, un fermier de eirca 45 de ani se prezentă în cabinetul meu spre a mă consulta asupra unei boli abdominale. Am observat că degetele de la ambele mâini îi erau rău deformate de o poliartrită reumatică şi l-am întrebat de cât timp are această artrită. De când eram de cea 9 ani răspunse el. "Ân vecinătatea noastră era o panteră care băga în spaimă toate împrejurimile. Mergând la şcoală şi întorcându-mă acasă, aveam de trecut printr-o zonă împădurită. De fiecare dată fugeam prin pădure şi eram îngrozit gândindu-mă că pantera ar putea să sară asupra mea. După câteva săptămâni mâinile mele au început să arate aşa cum sunt acum. Ele au fost atunci deformate pentru totdeauna."

Apariția artritei din cauza fricii sau altor tulburări cmotive este ubişnuită. Noi nu înțclegem mecanismul, dar faptul mânifestării sale este binecunoscut. Unii oameni care au imobilizate pentru toată viața încheieturile lor, au o istorie foarte precisă a încordării emotive. După ce boala s-a instalat, crizele emotive şi tensiunile prelungite o fac şi mai mult simțită. încordări ca de exemplu concediere, divorț, criză financiară, grija pentru locuința, pierderea unei ființe iubite, sunt numai câtiva din agenții provocatori.

Desigur, artrita poate fi provocată şi de oboseală, de traumatisme sau de expuneri la umezeală şi frig, care sunt considerați pe drept cuvânt ca factori de stress. Victimele artritei numără numai în Statele Unite două milioane. Mulți oameni se tem să nu piardă o părticică din fermă sau câțiva metri din curte din cauza pretențiilor vecinului lor. Topografii dau expertize con-tradictorii. Unui om în asemenea situație, cuvintele lui Isus par să fie supărătoare şi nepractice: "Oricui vrea să se judece cu tine şi să-ți ia haina, lasă-i şi cămaşa" (Matei 5:40).Omul lezat consideră sfatul acesta ca idealist, nepractic şi nepotrivit unor probleme din secolul nostru. Astfel, el se decide sa apeleze la tribunale şi să angajeze un avocat.

Cu multe luni înainte de a fi pe rol cazul său, precum şi în timpul zilelor de încordare al probelor cu martori şi al lunilor de după expertize, glanda sa pituitară, glandele suprarenale şi tiroide lucrează ore suplimentare pentru a pompa produsele lor în organism. Atunci când judecătorul dă sentința, vecinul care a câştigat procesul, îi ia cămaşa, avocatul său îi haina, iar cheltuielile de judecată îi iau pantalonii. Adeseori toți aceşti oameni sfârşesc într-un scaun cu rotile pentru tot restul vieții lor, cu artrită şi invaliditate, un preț prea mare pentru refuzul lor de a fi ascultat sfatul Domnului.

O discuție a influenței fricii asupra organismului nu ar fi completă fără luarea în considerare şi a efectului acestei emoții asupra inimii. îmi aduc aminte de un medic evreu care a citit în ziar o dare de seamă asupra persecuțiilor sângeroase ale evreilor din Rusia unde trăiau multe din rudele sale. Mărturisi unui prieten marea sa frică ce o avea pentru viețile iubiților săi şi un moment mai târziu să prăbuşi mort fiind victima unui cheag de sânge în artera coronariană (care alimentează inima cu sânge). Oare poate frica să grăbească coagularea sângelui aşa cum se întâmplă la tromboza coronariană, acel frecvent ucigaş al inimii`?

Dr. David Macht a dat răspunsul la Congresul anual din 1951 al Asociației Medicale Americane din Atlantic City. în laboratorul său a măsurat numărul de minute necesare pentru coagularea sângelui la 50 de persoane normal de calme şi a comparat acest timp de coagulare cu cel al unui număr de o sută de persoane nervoase. Iată rezultatul:

Timp de coagulare:

50 persoane calme -12 minute
50 persoane nervoase 4-5 minute
50 pers. foarte nervoase 1-3 minute

Dr. Macht conclude: "Am fost surprins să constat că emoțiile obişnuite şi acute la persoane sănătoase au o influentă aşa de mare asupra timpului de coagulare" (Journal of the American Medical Association, 26 ian. 1952 pag. 269).

Într-un capitol precedent se arată că atunci când arterele devin parțial încărcate de depuneri subțiri de colesterol, circulația sângelui este încetinită fiind posibilă formarea unui cheag care să întrerupă circulația.

Dr. Macht arăta că stressul este un factor foarte important care face ca sângele să se coaguleze. Cu alte cuvinte, stressul nu numai că îngustează arterele şi încetineşte mult circulația sângelui accelerând coagularea, ci de asemenea afectează însuşi sângele făcându-I mult mai propice pentru coagulare. De aici vedem influența aproape de necrezut a stressului (încordării) în pregătirea şi realizarea procesului de coagulare. Un număr de articole medicale recente au accentuat importanța stressului în această stare. (R.H. Rosenman and M. Friedman "Stress Affects Serum Cholesterol and Clotting Time", Medical Newsletter, nov-dec. 1957, p.l; Stewart Wolf "Emotional Tension Alone Is Found to Raise Serum Cholesterol Level", Scope, ian. 6, 1960, p. 1); "Stress and Heart Disease", Modern Concepts of Cardiovascular Disease, American Heart Association, iulie 1960, p. 599).

Totuşi nu trebuie să atribuim stressului totul şi să ignorăm ceilalți factori care joacă de asemenea un rol în pregătirea procesului de coagulare, ca de ex, consumul grâsimilor animale, îmbuibarea şi fumatul.

Definiția Dr. Mans Selye asupra stressului cuprinde nu numai emoțiile de ură, frică şi nelinişte ci include şi factorii externi ca frigul, lumina şi zgomotul. Mulți indivizi care prin supraalimentare cu grăsimi sau alte alimente, fumat şi supărări, şi-au creiat condițiile pentru un atac fatal de inimă, în ciuda aşteptărilor, sucombă atunci când umblă pe vânt rece sau curăță zăpadă cu lopata.

Să nu pierd din vedere nici încordarea pe care soția mea a experimentat-o în excursia de pescuit. într-o sâmbătă după masă pe la orele 5 am sosit cu soția şi fiica noastră la Matawan, Ontario, Canada. Trebuia să prindem ceva peşte pentru mesele noastre de duminică. Impreună cu fiica am vâslit într-o barcă spre înşelătoarele cascade ale Motawanului. Pentru noi era un teren nou.

Soția a rămas în baracă pentru a despacheta şi a aranja lucrurile pentru noapte. După aceea s-a aşezat aşteptând întoarcerea noastră. A sosit ora 8 dar nici o barcă nu venea pe valurile repezi ale râului. S-a făcut apoi ora 9-9,30 dar tot nu apăreau nici soțul nici fiica. Dacă soția mea ar fi devenit nervoasă sau istcrică, ar fi putut contracta o mulțime de stări morbide. Domnul însă i-a reamintit un verset din Biblie, din Psalmul 34 pe care l-a memorizat înainte de plecarea noastră de acasă: "Am căutat pe Domnul şi El m-a ascultat şi m-a eliberat de toate temerile mele" (Psalm 34:4). Soția a căutat pe Domnul şi El i-a dat o remarcabila eliberare din toate temerile sale, astfel că singură în întuncric şedea pe chei cu felinarul alături.

La ora 10, dinspre mal auzi vocea Lindei în spatele ei: "Tata m-a trimis pe uscat pentru că nu voia să mă aducă prin întuneric pe apă, curentul fiind prea repede. La început peştele nu a vrut să muşte, dar deodată au început totuşi să muşte de parcă erau într-o casă de flăcări!"

Urmă încă multă aşteptare. Zece şi jumătate şi nici o barcă. Din întuneric, de pe râul învolburat, soția nu primi nici un răspuns la chemările sale. Ea ştia că trebuie să facă tot posibilul ca să mențină felinarul pe chei. Avea motiv să se teamă, dar Domnul i-a dat acea pace sufletească care depăşeşte orice pricepere. Nu a intrat în panică şi nici nu a plecat cu felinarul ca să caute ajutor. în schimb, promisiunea Scripturii că Domnul a croit pentru dânsa un caz special, îi dădea o siguranță liniştitoare. Puterea divină i-a adus rezolvarea, deoarece nu era încă ora 11 când obiectul credinței sale a ajuns în siguranță la chei.

18. Frica cea mai mare a omului redusă la tăcere

Aproape fiecare cetățean al Statelor Unite a fost cel puțin odată într-un magazin "J.C. Penney Store" unul dintre cele mai mari magazine de manufactură din lume, cu peste 1700 de filiale în Statele Unite. Puțini oameni cunosc însă una din cele mai importante întâmplări din viața lui J. C. Penney, fondatorul.

În criza din anul 1929 afacerile lui J. C. Penney mergeau bine. El făcu însă unele aranjamente comerciale imprudente şi deveni atât de îngrijorat încât nu putea dormi. Ca urmare el a contractat "Zona Zoster" care-i provocă mari neplăceri şi suferințe. A fost spitalizat, i s-au dat sedative dar nu obținu nici o uşurare. Se zvârcolea toată ziua şi toată noaptea. Un complex de circumstanțe l-au dărâmat atât fizic cât şi psihic încât era copleşit de o frică de moarte. în această stare adresă scrisori de rămas bun soției şi fiului, pentru că nu mai avea speranțe să trăiască până dimineața.

În dimineața următoare, magnatul marilor tranzacții comerciale auzi că în capela spitalului se cântă. Cu puterile ce-i mai rămăseseră, se târî cum putu şi întră în capelă în timp ce grupul cânta "Dumnezeu va avea grijă de tine". După aceea a urmat o predică şi o rugăciune.

Iată însăşi cuvintele lui Penney: "Deodată s-a întâmplat ceva. Nu pot să explic ce. Pot s-o numesc numai o minune. M-am simțit ca şi când aş fi fost instantaneu ridicat din întunericul unei carcere subterane la lumina caldă, strălucitoare a soarelui. Mam simțit ca şi când aş fi fost transportat din iad în paradis. Am simțit puterea lui Dumnezeu aşa cum n-am simțit-o niciodată înainte. Mi-am dat seama limpede că eu singur eram răspunzător pentru toate tulburările mele. Am ştiut că Dumnezeu cu dragostea lui a fost acolo ca să mă ajute. Din ziua aceea şi până astăzi, viața mea a fost eliberată de teamă. Sunt în vârstă de 71 ani şi minutele cele mai dramatice şi mai glorioase din viața mea au fost acelea pe care le-am petrecut, în acea capelă, în acea dimineață: "Dumnezeu va avea grijă de tine". (Dale Carnegie op. cit. pag. 253-254).

Astfel, un om a fost eliberat de orice frică din cauză că s-a încrezut în Tatăl Ceresc, iubitor şi gata să-l ajute în cele mai dificile situații ale vieții.

William Ewart Gladstone fiind odată întrebat asupra secretului seninătății neobişnuite pe care era în stare să şi-o mențină în ciuda încordărilor în diverse situații, răspunse: "La picioarele patului meu, unde pot să văd când mă culc şi când mă scol, se află cuvintele: Tu îl vei păstra în perfectă pace pe

cel a cărui plăcere se odihneşte în Tiine, din cauză că el se încrede în Tine" (Isaia 26:3).

Unii psihiatri care au scris manuale pentru medici au dat un ajutor care nu este deloc superficial. William Sadler sfătuieşte pe medici cum să obțină succese în aflarea cauzei tulburărilor oamenilor: "Rugăciunea este un mijloc puternic şi eficient pentru înlăturarea temerii. Bărbații şi femeile care au învățat să se roage, pur şi simplu, cu o sinceritate copilărească, vorbind şi comunicând cu Tatăl Ceresc, sunt în posesia marelui secret prin care ei pot să arunce asupra lui Dumnezeu grija lor, ştiind că El are grijă de noi. O conştiință limpede este un mare pas în baricadarea spiritului în drumul spre nevroză. Mulți sunt victime ale fricii şi temerii din cauză că ei nu reuşesc cu adevărat să realizeze hrănirea lor sufletească... Majoritatea oamenilor hrănesc în mod generos corpurile lor şi mulți fac pregătiri abundente pentru hrana lor intelectuală, dar majoritatea lasă sufletul să moară de foame, dând o foarte mică atenție hrănirii lor spirituale şi ca rezultat, latura spirituală este atât de slăbită încât nu este în stare să-şi exercite influența asupra minții care ar putea s-o facă în stare să biruiască dificultățile şi să se mențină deasupra conflictului şi disperării" (Practice of Psychiatry, St. Louis, C.V. Mosby Co., 1953 p. 1012-1013).

În continuare el sfătuieşte pe medici să încurajeze pacienții lor să se angajeze în citirea sistematică şi zilnică a Bibliei. în acest manual pentru medici, Dr. Sadler publică 43 de versete diferite ca exemple a valorii terapeutice a Bibliei. Vom da aici numai opt dintre acestea. Fiecare din ele, dacă este memorizat, poate să realizeze mai mult decât un sedativ sau un calmant:

"Dacă ne mărturisim păcatele, El este credincios şi drept ca să ne ierte păcatele şi să ne curețe de orice nelegiuire" (1 Ioan 1:9).

"Veniți la Mine toți cei trudiți şi împovărați şi Eu vă voi da odihnă. Luați jugul Meu asupra voastră şi învățați de la Mine, căci eu sunt blând şi smerit cu inima şi veți găsi odihnă pentru sufletele voastre" (Matei 11: 28-29).

"Iată Eu stau la uşă şi bat; dacă cineva aude vocea Mea şi deschide uşa, voi intra la el, voi cina cu el şi el cu Mine" (Apocalipsa 3:20).

"Creiază în mine o inimă curată Dumnezeule şi pune în mine un duh nou şi statornic" (Psalm 51:10).

"Vă las pacea, vă dau pacea Mea. Nu v-o dau cum o dă lumea. Să nu vi se tulbure inima, nici să nu se înspăimânte" (Ioan 14:27)

"Iată, Dumnezeu este salvarea mea; voi fi plin de încredere şi nu mă voi înfrica, căci Domnul Dumnezeu este tăria mea şi pricina laudelor mele; El m-a mântuit" (Isaia 4:13).

"Şi Dumnezeul meu să îngrijească de toate trebuinţele voastre după bogăţia Sa în slavă în Isus Cristos” (Filipeni 4:19).

"Pot totul în Cristos care mă întăreşte” (Filipeni 4:13)

"Căci El va porunci îngerilor Săi să te păzească în toate căile tale şi ei te vor duce pe mâini ca nu cumva să-ţi loveşti piciorul de vreo piatră” (Psalm 91: 11-12).

Aceste versete au devenit vii şi reale numai după ce le-am experimentat. Am rugat pe Dumnezeu în numele lui Cristos sămi ierte păcatele. Am fost copleşit de un simţământ de vină şi de frică. După câteva momente de mărturisire şi iertare a păcatelor, vina şi frica au dispărut şi o bucurie miraculoasă coborâtă din cer, a umplut fiinţa mea. în loc de a alerga pierzând timp şi cheltuind pe la cabinetul psihiatrului pentru a mă debarasa de o vină complexă producătoare de boală, am făcut o vizită la altarul lui Dumnezeu şi am fost eliberat de vina mea.

Biblia spune că Dumnezeu îndepărtează vina tot atât de departe "pe cât de departe este răsăritul de apus... (Psalm 103:12).

Din acest moment m-am simţit foarte recunoscător lui Dumnezeu şi dragostea s-a cimentat între noi. Am realizat ceea ce Ioan a scris: "Ân dragoste nu există frică, ci dragostea desăvârşită alungă frică... (1 Ioan 4:18).

Cu cât iubirea creşte, cu atât frică descreşte.

Vara trecută pe când şedeam în curte, o veveriţă se apropia de o vizuină doar la trei paşi de mine. Fălcile îi erau pline cu mâncare pentru puişorii ei. Din cauză că eram atât de aproape, ea ezită, dar nu mult timp. Dragostea pentru puişorii ei a biruit frică şi a sărit în vizuină.

Dragostea pentru Cristos şi Cuvântul Său a ajutat pe Jim Vaus atunci când a avut nevoie să fie eliberat de frică. înainte de convertirea sa, Jim era agentul de legătură pentru gangsterii lumii interlope ale lui Mickey Cohen din Los Angelos. A doua zi, după convertirea sa în timpul unei evanghelizări a lui Billy Graham, ziarele publicau povestea sa. Când Jim Vaus a citit ziarele a început să-şi facă gânduri serioase. Ce acţiune vor întreprinde gangsterii în această problemă? La urma urmei, Jim cunoştea o multime de secrete care puteau să trimită pe câţiva gangsteri la puşcărie. Din punctul de vedere al gangsterilor, convertirea lui Jim însemna că el a devenit un trădător faţă de ei şi el eunoştea că o dezertare duce la o lichidare sigură. Nu mult după ce puse ziarul jos, uitându-se pe fereastră, văzu o limuzină care se opri în faţa casei sale. Jim recunoscu câţiva gangsteri care erau renumiţi ca cei mai sângeroşi. Uitându-se cu băgare de seamă în susul şi în josul străzii ei s-au apropiat de poartă. A devenit Jim înfricoşat şi s-a pregătit să fugă pe poarta din dos'? Dacă un om avea motiv să fugă de frică pentru a-şi salva viaţa, atunci .lim avea. Dacă ar fi fost într-un asemenea pericol cu 24

ore mai înainte, cu siguranță el ar fi fugit şi probabil că ar mai fugi încă. El însă nu a fugit din cauză că iubirea lui Dumnezeu a umplut ființa sa şi l-a întărit cu un verset pe care Domnul i l-a dat în acea dimineață când a deschis Biblia la întâmplare: "Când sunt plăcute Domnului căile cuiva, îi face prieteni chiar şi pe vrăjmaşii lui" (Proverbe 16:7).

Jim a deschis uşa gangsterilor. Aceştia i-au trasat imediat o sarcină de legătură pentru care trebuia să plece cu avionul imediat la St. Louis şi în alte părți. Jim le-a spus însă franc că nu poate merge deoarece Domnul i-a schimbat inima. Când le-a descris convertirea sa, vizitatorii săi s-au privit uluiți şi l-au părăsit.

Jim a simțit că Domnul a îndeplinit versetul pe care El i l-a dat. "Groaza de moarte" este fără îndoială cea mai mare teamă 0 omului. Totuşi milioane de bărbați şi femei au trecut prin valea umbrei morții fără nici o frică. John Bunyan a exprimat foarte bine atitudinea multor creştini atunci când a scris: "Să vină moartea când va voi, ea nu poate să facă creştinului nici o vătămare, deoarece ea nu este decât o trecere dintr-o închisoare într-un palat, dintr-o mare de nelinişti într-un port de odihnă, dintr-o gloată de duşmani într-o tovărăşie de nenumărați prieteni adevărați iubitori şi credincioşi, din ruşine, ocară şi dispreț într-o glorie extrem de mare şi veşnică. "

Apostolul Pavel era în stare să învingă cea mai mare frică. Atunci când privind moartea în față exclama triumfător: "Când truput acesta supus putrezirii se va îmbrăca în neputrezire şi trupul acesta muritor se va îmbrăca în nemurire, atunci se va împlini cuvântul care este scris: „Moartea a fost înghițită de biruință. Unde-ți este biruința, moarte? Unde-ți este boldul, moarte?" (1 Corinteni 15:54-55).

Într-adevăr, în toate timpurile Duhul şi Cuvântul lui Dumnezeu au asigurat din belşug pentru creştini o salvare de frică şi de lungul său şir de boli. Chiar şi moartea, şeful tuturor temerilor, nu mai are nici o putere asupra credinciosului care are ochii ațintiți asupra învierii şi a vieții veşnice în bucurie. Numai creştinul este în stare să priceapă sfatul lui Williarn Cullen Bryant: "Trăieşte, căci atunci când se vor uni apelurile tale la caravanele nenumărate care merg spre acea misterioasă împărăție unde fiecare trebuie să-şi ia în primire camera sa în coridoarele liniştite ale morții, tu nu vei merge asemenea unui sclav hăituit în noapte, osândit la închisoare, ci sprijinit şi mângâiat de o încredere neşovăielnică, te vei apropia de mormântul tău asemenea unuia care-şi înfăşoară învelitorile în jurul său şi se culcă în visări plăcute" ("Thanatopsis").

19. Printr-o lacrimă vezi mai departe decât printr-un telescop

Într-o după amiază târziu, o tânără femeia, sănătoasă, căsătorită, primi vestea îngrozitoare că soțul ei a fost ucis. Oricare dintre noi poate să înțeleagă durerea, supărarea şi lacrimile pe care această femeie le-a încercat în acea seară şi în lungile ceasuri ale nopții când nu a putut să doarmă, să le şteargă.

I-a fost luat în cel mai crud mod soțul care pentru dânsa însemna totul. Era atât de copleşită de durere încât refuza să asculte orice sfat al prietenilor care o simpatizau şi care voiau să o mângâie şi încurajeze.

Dacă s-ar fi făcut atunci analize chimice a sângelui ei, ele ar fi dezvăluit prezența unei mari cantități de hormoni şi toxine anormale ale glandelor pituitare, tiroide şi suprarenale. Prezența unei mari cantități de toxine a fost dovedită pentru că a doua zi dimineața degetele şi încheieturile mâinilor sale erau înțepenite, umflate şi dureroase. Aceasta era o izbucnire a unei artrite, care probabil o pândea de mai mult pe această femeie.

Vedem aşa dar că nu numai emoțiile de ură şi frică sunt capabile să producă o diversitate de boli grave şi fatale. Emoțiile de durere pot de asemenea să dăuneze corpului. Supărarea poate să declanşeze izbucniri de colite ulceroase, artrite reumatice, astm şi multe alte boli.

Pentru a preveni boli minore sau majore rezultând din valul de supărări cauzate de moartea unei persoane iubite, Biblia oferă baricada cea mai mare posibilă. Capitolul 11 din Ev. după Ioan dă nu numai o învățătură limpede asupra acestui subiect, dar prezintă în mod public şi elocvent dovada dramatică a adevărului afirmațiilor făcute. în satul Betania trăia Lazăr şi cele două surori ale lui, Maria şi Marta. Atunci când Lazăr s-a îmbolnăvit i s-a trimis vorbă lui Isus pentru a veni în ajutor. Isus însă a amânat în mod intenționat sosirea pentru că dorea să învețe lumea despre caracterul trecător al stării pe care noi o numim moarte. Când Isus a pornit spre Betania, în drumul Său a spus ucenicilor că merge să scoale pe Lazăr din somnul său. Ucenicii s-au gândit că era mai degrabă ridicol decât înțelept ca Isus să facă o călătorie riscantă numai pentru a deştepta un bolnav din somn. Atunci Isus le-a vorbit într-un grai mai pe înțelesul lor: "Lazăr a murit."

Ajungând în Betania, Isus descoperă unei surori îndurerate pentru moartea fratelui ei un alt aspect al stării pe care noi în mod greşit o numim moarte: „

...Cine crede în Mine, chiar dacă ar fi murit, va trăi. Oricine care trăieşte şi crede în Mine nu va muri niciodată. Crezi lucrul acesta?" (Ioan 11:25-26).

Ar putea cineva să creadă că creştinii nu mor niciodată, ei sunt numai adormiți? Isus ştia că nici ucenicii Săi şi nici ceilalți din Betania nu ar fi crezut astfel de afirmații fără o dovadă. Un milion de cuvinte omeneşti nu ar fi putut convinge, dar cele trei cuvinte ale Stăpânului au făcut-o: "Lazăr, ieşi afară." Lazăr a ieşit afară ca o dovadă vie că pentru creştini moartea nu este o sperietoare, este numai o adormire din care este necesar ca El să ne trezească. Cuvântul "cimitir" derivă din grecescul „Koimeterion" care înseamnă "cameră de dormit".

Când Isus a spns celor ce jeluiau trupul mort al fiicei lui Iair... fetița n-a murit, ci doarme" (Luca 8:52), ei şi-au bătut joc de El adresându-i epitete disprețuitoare. Din nou El a dovedit falsitatea punctului de vedere complet fără de speranță pe care îl avem despre starea pe care o numim moarte. El însă, simplu, a apucat fetița de mâna rece şi nemişcată şi a deşteptat-o din starea ei pe care El o numeşte somn.

Apostolul Pavel a înțeles pe deplin această nouă concepție a lui Isus. în 1 Corinteni cap. 15, Pavel dezvoltă amănunțit acest subiect arătând că toți care au adormit vor fi deşteptați la sunetul trâmbiței Stăpânului, la revenirea Sa pe pământ. De asemenea, Pavel a scris creştinilor dintr-o biserică care a suferit pierderea vremelnică a iubiților lor: "Nu voim fraților să fiți în necunoştință despre cei ce au adormit ca să nu vă întristați ca ceilalți care n-au nici o nădejde" (1 Tes. 4:13).

Nici noi nu trebuie să ne întristăm astăzi pentru copiii şi iubiții noştri care sunt adormiți. Desigur, putem fi scuzați dacă vărsăm lacrimi de despărțire. Dar creştinii care cred într-adevăr ceea ce Isus a dovedit privitor la promisiunea învierii lor, atunci nu trebuie să se mâhnească atât de amar şi zgomotos încât aceste emoții să le aducă artrită şi alte boli pe care Biblia arată cum să se evite. Este un privilegiu minunat, precum şi o datorie pentru credincioşi de a se reține de la disperarea sau mâhnirea producătoare de boli atunci când cunoaştem că iubiții noştri, deşi absenți din imediata noastră apropiere, sunt numai adormiți.

Un scriitor a exprimat această separare vremelnică pe altă cale: "Âmi place să gândesc despre copilaşii mei pe care Dumnezeu i-a chemat la El, că sunt plecați la şcoală, la cea mai bună şcoală din univers, cu cei mai buni profesori, învățând lucrurile cele mai bune, în modul cel mai bun posibil."

Unii se întreabă uimiți dece Dumnezeu îngăduie copiilor Săi să guste necazul. Moartea nu este un dar de la Dumnezeu, ci rezultatul păcatului lui Adam. "... Moartea a venit printr-un om" (1 Corinteni 15:21).

În această carte am văzut repetat că boala şi moartea sunt produse ale păcatului. Noi nu putem învinovăți pe Dumnezeu pentru acestea. Din contră, trebuie să-i dăm lui Dumnezeu crezare pentru eliberarea noastră din

tragedia morții, pentru că "Dupa cum toți mor în Adam, tot aşa toți vor învia în Cristos" (1 Corinteni 15:22).
Dumnezeu nu este autorul morții ci este dătătorul vieții veşnice. Nu numai în veşnicii ci şi în această viață, chiar acum, divinul Alchimist poate să schimbe în mod miraculos o inimă de plumb, mâhnită, în una de aur, mlădioasă, care să cânte laude printre lacrimi. Un poet a spus: "Necazurile sunt educatorii noştri cei mai buni. Un om poate vedea mai departe printr-o lacrimă decât printr-un telescop."

Este remarcabil că la unii oameni necazurile pot să producă boli devastatoare, iar la alții să dezvolte caracterul şi maturitatea. Şlefuirea nu este desigur un proces plăcut pentru obiectul care este şlefuit, dar el este un procedeu necesar ca să facă din acel obiect ceva mai prețios. Noi admirăm produsul finisat, dar ne dăm înapoi în fața procedeului de finisare.

În decembrie 1961 o scrisoare aduse mâhnire în casa noastră. De mai bine de trei săptămâni nu am mai auzit nimic despre fiica noastră care împreună cu soțul ei era angajată în lucrarea misionară din Rodezia de Sud. în sfirşit, am primit o scrisoare de la dânsa scrisă dintr-un spital unde a fost pacientă câteva săptămâni. O examinare a lichidului cefalorahidian a arătat abundența unei ciuperci mortale "Monillia". Medicii englezi, foarte bine pregătiți au început tratamentul dar numai ca o acțiune de formă, ştiind că în cazuri de infecție meningitică, el este complet de prisos. Ei nu aveau nici o tragere de inimă să folosească un medicament nou, dar toxic, din cauza serioaselor sale efecte colaterale.

Această ştire despre singurul nostru copil, depărtat la nouămii de mile şi lovit de o infecție cerebrospinală, după cât se pare fără speranțe, a adus profunde dureri soției şi mie. Niciodată înainte nu am fi apreciat şi simpatizat atât de deplin pe cei ce şi-au pierdut copiii.

Durerea putea să ne biruiască dacă nu am fi avut ca reconfortare şi mângâiere Duhul Sfânt al lui Dumnezeu şi Biblia. Ne miram cum erau în stare să stea în picioare în mari necazuri acei oameni care nu-l aveau pe Cristos. De o mie de ori mai eficace decât ori ce calmant, Domnul ne-a dat minunatul său medicament biblic: "Căci întristările noastre uşoare de o clipă lucrează pentru noi tot mai mult o greutate veşnică de slavă (care depăşeşte orice calcule) pentru că noi nu ne uităm la lucrurile care se văd, ci la cele ce nu se văd; căci lucrurile care se văd sunt trecătoare, pe când cele ce nu se văd sunt veşnice (I1 Corinteni 4:17).

Îmi dădui seama că povara care mă zdrobea nu are voie să declanşeze vreo boală. Din contră, ea trebuie să-mi dea acum o greutate veşnică de glorie care depăşeşte orice calcule... Atitudinea mea trebuie să decidă dacă mâhnirea va produce în mine o boală sau o răsplată veşnică şi glorioasă. Eram privilegiat să privesc printre lacrimile mele şi să văd mai departe decât printr-un telescop, la gloria adevărurilor veşnice. Observați condiția: "... să nu îngăduim ochilor noştri să fie ațintiți asupra celor ce se văd, ci asupra celor ce nu se văd..." Este nerezonabilă această condiție? La urma urmei,

dacă creştinul are cu adevărat simțul real al proporției dintre lucrurile trecătoare ale acestei vieți în comparație cu valoarea veşnică a vieții de dincolo, nu este oare o mărturie de îndoială când murmură în mod nejustificat pentru pierderea unei ființe iubite'? Trebuie oare ca lucrurile care se văd şi oamenii de pe acest pământ să capete o valoare mai mare ca cele veşnice?

Grijurile provoacă boli din cauză că ne mâhnim pentru cele trecătoare. Biblia înlătură mâhnirea şi bolile spunându-ne să aşteptăm cu nerăbdare viitorul.

În săptămânile care au urmat după primirea scrisorii de la fiica noastră, Cuvântul lui Dumnezeu şi Duhul Său au făcut ca viața noastră să fie suportabilă. Am avut pacea sufletească pentru că am încredințat toate lucrurile Lui.

Fiica, soțul şi cei doi copilaşi au venit acasă. Ea a fost examinată cu deamănuntul şi nici o ciupercă, sau microb, nu au fost găsite în repetatele anaGze ale lichidului cefalorahidian, dar acesta conținea celule cu puroi.

Cu toate că Linda mai avea febră, nevralgii, dureri în gât, specialiştii ezitau să înceapă un tratament cu antibiotice. După două luni, totuşi au fost încercate câteva antibiotice şi unul din ele, în doze mari, a scăpat-o de febră şi alte simptome supărătoare. După o lună de tratament, o puncție în şira spinării a arătat că lichidul cefalorahidian era normal din toate punctele de vedere.

Va reveni oare infecția meningitică a Lindei dacă dozele mari de antibiotice vor fi oprite? Cineva a spus că nu putem să ştim ce ne rezervă viitorul şi totuşi noi ştim! Credința în Cel Atotputernic şi în dragostea Lui permite oricui să spună ca şi apostolul Pavel: "Nu vă îngrijorați de nimic, ci în orice lucru, aduceți cererile voastre la cunoştința lui Dumnezeu prin rugăciuni şi cereri cu mulțumiri. Şi (astfel) pacea lui Dumnezeu care întrece orice pricepere, vă va păzi inimile şi gândurile în Cristos Isus" (Filipeni 4:6-7).

Linda, soțul ei şi noi toți, mulțumim Domnului, nu pentru necazul acesta, ci fiindcă prin această experiență ne-a trecut peste "valea umbrei morții", ne-a maturizat şi ne-a dat "o greutate veşnică de slavă, de glorie, care depăşeşte orice calcule...

Cu cât ne păzim ca să nu ținem ochii ațintiți asupra celor ce se văd şi a celor trecătoare oricât de scumpe ne-ar fi şi privim dincolo la ceea ce este veşnic, cu atât mai mult descoperim că prin credinlă sc pc>ate vedea mai departe printr-o lacrimă decât prinir-un telescop.

20. Noroi sau stele?

"Doi oameni privesc printre aceleaşi gratii. Unul vede noroiul, iar celălalt vede stelele" (Frederick Langbridge "A Cluster of Quiet Thoughts", published by the Religious Tract Society). Acest citat a fost seris cu mult înainte ca noi să fi dat cu picioruşele în şipcile pătuțului nostru. Totuşi semnificația medicală a acestui citat nu a fost înțeleasă de oamenii de ştiință până în ultimul deceniu. Cei doi oameni care privesc printre gratiile aceleiaşi puşcării reacționează în mod cu totul diferit fața de factorii de înerdare. Unu1 era înfrânt privind gratiile, iar-celălalt deşi rob aceluiaşi mediu înconjurător, era inspirat de gratii. Cel înfrint cra sub tcnsiune şi îşi expunca astfel trupul la multe boli serioase, chiar fatale.

Medicii recunosc acum marea însemnătate a încordării interioare în producerea şi agravarea a o mulțime de boli. Este de datoria noastră să examinăm cu seriozitate subiectul.

Doi întemnițați au fost supuşi aceloraşi factori de încordare, dar numai unul a manifestat încordare interioară şi s-a expus la boală. Analiza sângelui său ar fi destăinuât o componență anormală a chimicalelor ca rezultat al emoțiilor sale de resentiment, mânie, ură, nelinişte şi frică, acelaşi soi de emoții trupeşti prezentate în capitolele precedente.

Trebuie să facem distincție între factorii de încordare interioară şi cei de încordare exterioară. Fiecare suntem supuşi la foarte mulți factori de încordare în viața de toate zilele, dar aceasta nu înseamnă că trebuie să ne lăsăm învinşi de acest stress interior cu urmări toxice şi boli. Unul din cei doi, supus factorilor de încordare exterioară (gratiile puşcăriei) a fost real-mente inspirat de stele, stele pe care pote nu le-a observat niciodată înainte.

Există mari diferențe în modul cum oamenii reacționează față de agenții de stress, ca de ex. un accident de automobil, pedepsirea unui copil, alegerea celui mai bun frigider, alungarea câinelui vecinului din pătulul cu flori, sau deşteptarea la ora două din noapte din cauza unui cotoi. Unii pacienți contractează crize de stomac care durează săptămâni şi necesită multă îngrijire medicală. Alții suferă de serioase migrene cu vomitări care îi pune în incapacitate de lucru pentru mai multe zile. Câțiva chiar sucombă din cauza unor atacuri coronariene.

În schimb. alți indivizi supuşi la factori identici de încordare, se adaptează aşa de bine încât ei nu se îmbolnăvesc. Adesea avem un mic control asupra factorilor de încordare care ne bombardează zilnic şi este de mare

importanță să ştim că trebuie să ne adaptăm corect acestora dacă vrem să ne salvăm trupurile şi minţile de ravagiile stressului şi bolile rezultante.

Trei lucruri trebuie să fie puse în practică dacă cineva vrea să se adapteze cu succes la încordările vieţii de toate zilele:

1) Schimbarea - alternarea agenţilor de încordare.
2) Evitarea expunerii îndelungate la astfel de agenţi prin intercalarea unor pauze de odihnă.
3) Luarea unei atitudini corecte a stării interioare (o minte înţeleaptă).

Este important a reaminti că omul nu poate să fie expus mult sau continuu unui aceluiaşi factor de încordare. Dulgherul care ciocăneşte toată ziua nu va petrece timpul liber săpând în grădina de flori, cosind pajiştile sau lucrând într-un atelier de tâmplărie. Asemenea activităţi ar fi ideale pentru un funcţionar sau un avocat. Lipsa de diversificare a agenţilor de încordare va duce mai devreme sau mai târziu la oboseală, una dintre cele mai importante simptome ale încordării în corp.

Acum câţiva ani am văzut o diagramă într-o revistă medicală care avea drept scop să arate cum ar putea cineva să evite oboseala. Articolul explica că viaţa trebuie să fie ancorată în trei puncte: Adorare, muncă, distracţie.

Îmi reamintesc din propria mea experienţă când lucram aşa de mult în timpul zilei încât eram ispitit să nu merg la orele de rugăciune din cauza oboselii. Totuşi ori de câte ori mergeam, înainte de a se termina ora de rugăciune, eram surprins că a dispărut nu numai oboseala, dar eram chiar odihnit şi înviorat. Citirea zilnică a Bibliei, rugăciunea şi frecventarea serviciilor religioase sunt de cea mai mare valoare medicală.

În al doilea rând, modul nostru de a gândi este factorul cel mai important în determinarea faptului dacă vom suferi sau nu de pe urma expunerii la încordarea zilnică. în trecut, tendinţa noastră era de a pune pe seama celor din jurul nostru tulburările sau reacţiile noastre nervoase. Necazurile şi insultele din viaţa de toate zilele nu trebuie să ne pricinuiască multă tulburare dacă le privim cu minte clară şi netulburată. Gândurile negre din cauza necazurilor sau ofenselor indică o adaptare greşită care poate să producă o stare de mâncărime în tălpi până la exasperare. Cea mai obişnuită formă de reacţie greşită este autocompătimirea.

De fapt, nimeni nu trebuie să acuze un şef lipsit de logică, sau pe profesorul său, sau pe tovarăşul său de viaţă pentru ulcerele sale. Ulcerele şi tensiunea mărită sunt produse de resentimente interioare care provoacă reacţii toxice în organism. Luaţi ca exemplu telefonul meu care sună de zeci de ori în timp ce încerc să-mi fac lucrarea. După primele lo chemări aş fi dorit să reacţionez. Ştiu însă că dacă îmi permit să reacţionez cu furie, încordarea repetată produsă de acest lucru simplu ca sunetul unui telefon, ar putea face ca ulcerul meu să se redeschidă. încordările care mă apasă nu sunt atât de vinovate pe cât sunt de vinovate reacţiile mele faţă de acestea. Majoritatea

dintre noi am fost singuri vinovați de producerea unei cantități de adrenalină în valoare de zece lei, la un incident de un leu.

În timp ce băteam la maşină ultima propoziție, telefonul meu sună şi auzii vocea infirmierei de la şcoala superioară care mi se adresă: "Dr. McMillen, v-am trimis la cabinet o fată cu un câine. Câinele are în ureche un cârlig de pescuit. Nu am ştiut cum să-l scot şi am trimis-o la dvs."

Îmi reamintese de un timp când observațiile mele făcute acelei infirmiere ar fi putut să ardă complet un fir din circuitul telefonului. Eu ştiu că dacă aş fi reacționat cu duşmănie aş fi contractat o nevralgie serioasă, nu din cauza mesajului telefonic ci din cauza reacției mele cu furie la o încordare neînsemnată față de o simplă cerere omenească. O reacție greşită din partea mea putea să-mi producă nu o nevralgie ci chiar un atac de apoplexie sau un atac fatal de inimă. Cu ani în urmă, adaptarea mea greşită la încordări era cât pe aci să-mi provoace moartea din cauza unui ulcer care sângera.

Trebuie să amintim însă că încordarea nu este totdeauna singura cauză a unei boli. Mai mult, s-a dovedit că încordarea poate să ajute chiar La vindecarea unor boli uşoare.

Dr. Hans Selye a injectat ulei crotonic (substanță iritantă) sub pielea unui mare număr de şoareci. Acest ulei a format edeme noi, inflamatorii. Selye a constatat că atunci când supunea pe unii şoareci la încordări uşoare, vindecarea inflamațiilor era grăbită (The Stress of Life, New-York, McGraw-Hill Book Co., Inc., 1956, pag. 154).

Când am făcut câte o greşeală, eu însumi am constatat că încordarea m-a vindecat adesea de dureri sau suferințe uşoare. Totuşi dacă aş fi reacționat greşit, cu duşmănie, aş fi putut intra în spital pentru o săptămând.

Nu este oare un fapt demn de luat în seamă că reacțiile noastre la încordare determină dacă încordarea este spre vindecarea noastră sau spre îmbolnăvire? Aci este cheia importantă pentru o viață îndelungată şi fericită. Noi ținem cheia şi singuri putem decide dacă încordarea lucrează pentru noi sau contra noastră. Atitudinea noastră decide dacă încordarea ne face mai buni sau mai răi.

O atitudine duşmănoasă față de oamenii dificili cu care trebuie să trăim, poate să provoace o boală începând de la erupții până la piatră la vezica biliară. O atitudine corectă față de aceştia poate să elibereze corpul de unele toxine şi astfel să vindece o boală.

Biblia a anticipat aceste constatări cu secole în urmă. Apostolul Pavel avea "un ghimpe în trupul său" care îi dădea încordare (stress): "De trei ori am rugat pe Domnul să mi-l ia, dar El mi-a zis: ‚Harul Meu îți este de ajuns, căci puterea Mea se desăvârşeşte în slăbiciunea ta. Deci mă voi lăuda mult mai bucuros cu slăbiciunile mele, pentru ca puterea lui Cristos să rămână în mine. De aceea simt plăcere în slăbiciuni, în defăimări, în nevoi, în

prigoniri, în strâmtorări pentru Cristos, căci dacă sunt slab, atunci sunt tare" (I1 Corinteni 12:8-10).

Dacă vrem să ne adaptăm cu succes la asalturile vieții zilnice

Mai există un al treilea factor de reamintit. Este evitarea expunerii de lungă durată şi continui la agenții de încordare serioasă şi fără odihnă. Există o limită a încordării pe care fiecare om poate să o suporte. Medicii văd bărbați şi femei care plătesc scump cu trupul şi mintea lor pentru înhămarea exagerată la muncă fără perioade de odihnă cuvenite.

Mulți oameni ar fi încă în viață şi azi dacă ar fi respectat povața lui Isus adresată ucenicilor săi trudiți. "Veniți singuri la o parte într-un loc pustiu şi odihniji-vă puțin; căci erau mulți care veneau şi se duceau şi ei nu aveau vreme nici să mănânce" (Marcu 6:31).

Mulți dintre cei 31.000 de soldați aliați făcuți prizoneri în Japonia şi Coreea în anul 1940 nu au putut vedea altceva decât "noroiul". Dr. Harold Wolff constata că aceşti prizoneri aveau hrană suficientă şi "totuşi deveneau apatici, indiferenți, nepăsători, nu mâncau şi nu beau, nu se ajutau unii pe alții în nici un fel, priveau cu ochii pierduți şi în final mureau." Din cei 31.000 de prizoneri, peste 8000 au murit.

Dr. Wolff constată că multe din aceste decese au fost provocate de "disperare şi lipsa de sprijin omenesc şi afecțiune." Dr. Wolff, care este redactorul şef al Arhivelor de Neurologie şi Psihiatrie, declară că "speranța, probabil credința şi un scop în viață, este un medicament. Aceasta nu este pur şi simplu o declaratie de convingere, ci o concluzie dovedită prin experimentare ştiințifică, controlată în mod meticulos" ("A Scientific Report on What Hope Does for Man», N-York State Heart Assembly, 105 East 22nd Street, New-York).

Un alt prizonier poate să vadă stelele. Un prizonier era stimatul meu prieten, japonezul Dr. David Tsutada. Atunci când Japonia a intrat în cel de al doilea război mondial, guvernul japonez l-a băgat la închisoare din cauza credinței sale în revenirea Domnului pentru a domni pe acest pământ. Guvernul a încercat să-l omoare prin înfometare şi scăzuse la 35 de kg. Era închis într-o groapă rece şi murdară. Stând aşa pe pământ, se întreba mirat dacă aceasta este calea pe care Domnul i-o oferea ca să umble pe ea şi să ajungă acasă în cer. Dacă aceasta era calea, el era perfect resemnat. Nu era înfrânt de gratii, sau de noroi, sau de aparenta lipsă de grije a Domnului față de el. Dacă Dr. Tsutada nu s-ar fi adaptat şi nu s-ar fi resemnat, sunt convins, că încordarea produsă de autocompătimire, conjugată cu încordarea severă produsă de foame, l-ar fi ucis. în timp ce era în închisoare Domnul a început să-i descopere planurile Sale pentru o şcoală biblică. Dr. Tsutada a elaborat multe amănunte pentru şcoală în timp ce stătea în întunericul şi duhoarea celulei. Când s-a terminat războiul, a fost eliberat şi imediat şi-a pus planurile în aplicare. Astăzi, acest om are una din cele mai bune şcoli din Japonia pentru studierea Bibliei. Toate acestea s-au întâmplat pentru că el nu a fost neliniştit din cauza răufăcătorilor lui (Psalm 37), ci s-a încrezut şi

şi-a găsit plăcerea în Cuvântul lui Dumnezeu. Dr. Tsutada şi-a creiat mediul său înconjurător propriu.

Au mai fost şi alţii care au văzut stele printre gratiile închisorii. Doamna Guyon a reacţionat aşa de bine la încordarea în temniţă încât scrierile sale au inspirat întreaga lume creştină.

Puţini oameni au fost în dosul gratiilor ca Helen Keller. Deşi oarbă, surdă şi mută, totuşi ea deveni nemuritoare în analele mondiale fiindcă şi-a întrebuinţat adversităţile ca trepte pe care s-a urcat pentru a binecuvânta o lume întreagă cu spriritul şi iubirea sa.

Nu trebuie să ne fie frică în mod nejustificat de dificultăţile vieţii, sau să parcurgem distanţe mari pentru a le evita. Vânturile puternice şi contrarii nu suflă pentru distrugerea noastră. De fapt marinarul înţelept poate să-şi ajusteze pânzele în mod corect, astfel încât chiar şi vânturile contrare să-l ajute ca să-şi atingă ţinta. Chiar şi oamenii nesimpatici pot să ne ajute să facem ajustările necesare velaturii noastre mintale, care pe apă se numeşte tacking (greement), iar pe uscat se numeşte tact (abilitate).

John Bunyan a uitat de gratiile închisorii atât de ocupat era cu lucrurile de dincolo de această lume. El a fericit nu numai sufletul său, ci şi milioane de alţi oameni, cu cartea sa de succes peste secole "Călătoria Creştinului". într-o altă carte a sa, Bunyan dădea un sfat excelent de pregătire a sufletului pentru încordări, chiar mai înainte ca ele să-l lovească. Cu toate că sfatul său a fost scris cu treisute de ani în urmă, nimic nu-l poate depăşi nici în ziua de azi.

Apoi este înţelept ca în timpul când ne merge bine şi avem tihnă, să ne pregătim şi pentru zile mai grele. Necazul poate veni de la Dumnezeu sau să fie îndurat ca fiind partea crucii noastre pe care trebuie să o luăm zilnic asupra noastră. Boala, moartea prietenilor, pierderea averii, etc. sunt lucruri la care trebuie să ne aşteptăm fără a ne speria. Astfel, trebuie să fim pregătiţi şi pentru timpul de necaz. Noi nu vom putea să le prevedem în întregime, dar vom putea să ne pregătim pentru ele şi trebuie - aşa cum s-a făcut aluzie mai înainte - să păstrăm ca pe o comoară promisiunile lui Dumnezeu, să umplem din abundenţă sufletele noastre cu mulţumiri şi consolări şi să fim ferm convinşi de puterea lui Dumnezeu. Pentru a rezista şi a nu ne da bătuţi, este nevoie să avem: "picioarele încălţate cu râvna Evangheliei păcii" (Efeseni 6:15).

Majoritatea creştinilor nu au murit şi nu s-au răstignit faţă de lume, nu au făcut cunoştinţă cu Dumnezeu şi promisiunile Sale aşa cum ar trebui să fie, nici nu sunt hotărâţi să-L urmeze pe deplin aşa cum s-ar cuveni şi de aceea sunt aşa de descurajaţi şi nemulţumiţi atunci când vin necazurile peste ei. Acesta este un adevăr neîndoielnic.

Am arătat că atitudinea noastră este mai importantă decât jignirile zilnice. Este important să pregătim minţile noastre în faţa catastrofelor majore care

ne lovesc în viață. Armatele recunosc acest adevăr fundamental şi îşi supun trupele la o instruirc serioasă înainte de a începe lupta. Dacă creştinii ar practica ase menea sfaturi biblice ca: postirea şi disciplinarea poftelor trupeşti, atunci poate că nu am avea aşa de mulți "soldați de ciocolată" care se topese atunci când trebuie să treacă prin experiențe fierbinți, prin necazuri neprevăzute, ca pierderea unui prieten, sau picrderi financiare.

lacov se uita la "noroi" şi apuca mereu aceste lucruri chiar din momentul naşterii sale. El veni pe lume strângând călcâiul frățiorului său cu micul său pumn de copilaş. De îndată ce a fost în stare să facă un negoț făcu un târg urât cu supa şi vându puțin din ea pentru dreptul de întâi născut al fratelui său. El depăşi în înşelăciune chiar şi pe socrul său care era un maestru adevărat în pungăşii.

Cum v-ați fi aşteptat să reacționeze la încordare un caracter ca al lui Iacov? Atunci când i s-a spus că fiul său favorit, Iosif, a fost ucis, amărăciunea sa firească era explicabilă, dar adaptarea la încordare a fost defectuoasă din cauză că Iacov a plâns mai mult decât ar fi trebuit. Acelora care căutau să-l mângâie, le spunea: "Plângând mă voi coborî la fiul meu în locuința morților" (Geneza 37:35). - El prefera balsamul încălzitor al autocompătimirii pentru a face față situațiilor în viață. Omul care nu învață să se adapteze corect la încordări, nu va deveni niciodată matur.

Iacov stăruia să privească la "noroi" în loc să creadă că chiar şi nenorocirea poate să fie o parte importantă din planul lui Dumnezeu, aşa cum de fapt a şi fost. Insistența lui Iacov de a prelungi plânsul era cu totul nelalocul ei, deoarece credința lui a fost atât de slabă încât tot ce făcea nu era decât geamăt, " ...toate acestea pe mine mă lovesc" (Geneza 42:36).

El suferea din cauza proastei sale adaptări, căci şi aproape de sffrşitul vieții sale, el mai mormăia printre dinți, ".....zilele anilor vieții mele au fost puține la număr şi rele şi n-au atins zilele anilor vieții părinților mei:" (Geneza 47:9).

Apostolul Pavel avea mult mai multe asalturi la care trebuia să reziste, decât Iacov, dar el a văzut stelele: "De cinci ori am căpătat de la iudei patruzeci de lovituri fără una, de trei ori am fost bătut cu nuiele, odată am fost împroşcat cu pietre, de trei ori s-a sfărâmat corabia cu mine, o noapte şi o zi am fost în adâncul mării. Deseori am fost în călătorii, în primejdii pe râuri, în primejdii din partea tâlharilor, în primejdii din partea celor din neamul meu, în primejdii din partea păgânilor, în primejdii în cetăți, în primejdii în pustie, în primejdii pe mare, în primejdii între frații mincinoşi. în osteneli şi necazuri, în priveghiuri, adesea în foame şi sete, în posturi, adesea în frig şi lipsă de îmbrăcăminte" (2 Corinteni 11:24-27). în toate aceste situații îngrozitoare, a suspinat Pavel vreodată: "Toate aceste lucruri sunt împotriva mea?" Din contră, el exclamă: "Nici unul din aceste lucruri nu m-au clintit." El refuză să se autocompătimească pentru a nu aglomera în trupul său hormoni producători de boli. Care a fost succesul lui Pavel la adaptarea cu succes

față de atât de mulți agenți de încordare? Cum poate să obțină cineva adaptare la repetate biciuiri, împroşcări cu pietre şi lipsă de hrană?

Am remarcat deja că reacțiile noastre la încordările inevitabile în viață, hotărăsc dacă ele ne vor vindeca sau ne vor omorâ. De aceea va fi foarte folositor şi pentru noi să analizăm metoda învățată şi folosită de apostolul Pavel.

După ce a enumerat o mulțime de agenți de încordare (stress) care asaltează omenirea, el dă secretul divin pentru adaptarea cu succes la aceştia: "Cine ne va despărți pe noi de dragostea lui Cristos? Necazul sau strâmtorarea, sau prigonirea, sau foametea, sau lipsa de îmbrăcăminte, sau primejdia, sau sabia? Este scris "din pricina Ta suntem dați morții toată ziua, suntem socotiți ca nişte oi de tăiat! Totuşi în toate aceste lucruri, noi suntem mai mult decât biruitori prin Acela care ne-a iubit" (Romani 8:35-37).

Acesta este secretul biblic pentru adaptarea cu succes la toate asalturile vieții. La începutul fiecărei zile consideră-te ca o oaie care trebuie să fie maltratată, sau în extrem, chiar înjunghiată. Dacă iei această atitudine în sufletul tău, atunci nimic din ceea ce va veni, nu va putea să te înfrângă sau să te neliniştească.

Un om care îşi aşteaptă moartea nu este neliniştit de factorii nenumărați ai încordării care agită pe cei din jur. El nu este tulburat din cauză că găinile vecinului au scormonit în stratul său de flori; artrita sa nu s-a înrăutățit din cauză că impozitele asupra casei sale s-au majorat; tensiunea sa arterială nu a crescut din cauză că patronul l-a concediat; el nu va primi dureri de cap din cauză că soția a ars felia de pâine; nici colita sa ulceroasă nu se agravează din cauză că bursa de valori scade cu 5%.

Sufletul răstignit nu este înfrânt. Cel care în mod voluntar se aduce pe sine cu voioşie în fiecare zi ca "o jertfă vie" poate să se adapteze în cel mai minunat mod la situațiile cele mai grele şi împreună cu apostolul Pavel să fie "mai mult decât biruitor" (Romani 8:37).

Dar cineva îşi poate pune întrebarea: "Nu este o nebunie să renunțăm la drepturile noastre?" Poate că nu este nebunese deoarece abandonând drepturile noastre, ne asigurăm sănătatea şi fericirea. Făcând pe alți colegi "«să ne țină minte "pierdem întotdeauna pacea inimii. Pentru omul firese este de neconceput că el trebuie să cedeze atunci când are dreptate. El refuză să sacrifice orgoliul său, dar făcând astfel, el sacrifică sănătatea Sa. Nu este o afacere prea înțeleaptă!

Spiritul de răzbunare este acela care atrage după sine toxinele glandulare şi omul suferă din cauza simțului său puternic de autoafirmare şi autocompătimire. Dacă cineva îşi va analiza cauza adaptării sale necorespunzătoare la dificultățile vieții, va descoperi adesea un mic cuvânt compus din trei litere "EGO". încordarea şi boala se produc din cauză că noi nu voim să sacrificăm marele nostru "EU".

21. Problema Nr.l de sănătate a națiunii

Aproximativ nouă milioane de americani suferă boli emotive şi mintale. Jumătate din totalul paturilor de spital sunt ocupate de alienați mintali. în realitate, unul din douăzeci de americani suferă de o tulburare psihică serioasă care necesită internarea într-un spital.

Boala mintală este într-adevăr problema numărul unu în domeniul sănătății națiunii. îngrijirea pacienților în spitalele noastre de boli mintale costă anual circa un miliard de dolari. în afară de cei internați în ospicii, există un mare număr de bolnavi care nu au nevoie de spitalizare, dar care sunt incapabili să se supună singuri. Aceştia muncesc puțin, sau deloc şi constituie o grea povară pentru contribuabili.

Care este cauza bolilor mintale? în acest capitol am dori să discutăm pe scurt doar acele tulburări care apar vizibil la creier. Mai întâi, un procent neînsemnat din aceste cazuri sunt urmarea unei leziuni directe a creierului în urma unui accident. în al doilea rând, vătămarea creierului poate să rezulte dântr-o cauză infecțioasă sau toxică. Cea mai obişnuită infecție a dementului, este sifilisul. în urmă cu douăzeci de ani, 10% din pensionarii azilurilor erau internați din cauza sifilisului.

Cea mai obişnuită toxină care provoacă demență este însă alcoolul. într-un manual de medicină editat în 1959, citim: "Circa 10% din internările în spitale de boli mintale sunt datorate alcoolismului, iar alte 10% sunt datorate alcoolismului numai ca factor colateral favorizant. în plus, spitalele generale au în îngrijirea lor mulți alcoolici deranjați acut de acest toxic şi apoi mai există un număr necunoscut, dar foarte mare, de persoane care şi-au ruinat cariera şi au suferit un fel de sinucidere treptată a personalității prin dedarea la alcool" (Philadelphia, W. B. Saunders Co., 1959 p. 1653).

Al treilea tip de nebunie care include schimbări vizibile în creier, este arterioscleroza cerebrală. într-un capitol precedent am remarcat factorii mai de seamă care produc arterioscleroza, precum: ereditatea, consumarea grăsimilor animale, îmbuibarea, fumatul şi stressul (încordarea). Totuşi, aceste deranjamente mintale, frecvente la oamenii în vârstă, sunt adesea datorate unei combinații de arterioscleroză cu un factor de personalitate. Unii oameni în vârstă ar putea să sufere de o demență evidentă, dar adesea în loc să fie considerați nebuni, sunt mai repede clasificați "imposibili". Personalitatea neatrăgătoare care se manifestă la unii cetățeni mai în vârstă, nu este o izbucnire subită. Este mai degrabă continuarea stărilor de furie

din copilărie, elaborarea îngâmfării din adolescență, dezvoltarea în continuare a siguranței de sine în vârsta mijlocie, care acum la bătrânțe seprezintă ca o personalitate complet spinoasă, acră şi uşor iritabilă.

lnainte ca arterioscleroza să obtureze arterele sale cerebrale, izbucnirile usturătoare ale acestui individ au fost suportabile numai pentru că ele erau răspândite pe o mulțime de contacte şi dăinuiau un timp scurt. Acum când arterioscleroza a redus radical activitățile sale fizice, a schimbat terorizarea sa în turbulență şi l-a închis între cei patru pereți ai casei, el a devenit imposibil.

Dacă de-a lungul anilor ducem o viață dereglată, de văicăreli şi de critică, mai târziu, când felul nostru antipatic este multiplicat şi agravat de obturarea arterelor noastre cerebrale, pe drept cuvânt, vom putea fi compătimiți de copiii noştri. Ar putea să fie tot atât de greu să ne schimbăm atitudinea cum ar fi de greu să înlăturăm o zgârietură adâncă dintr-un disc fonografic. Dacă nu avem grije acum, am putea să sfârşim ca o "sperietoare pe două picioare".

Dr. Bess Fancher, un observator pătrunzător al omu1ui, îmi spunea odată: "Doctore, nu avem multe de spus despre cum arătam la 16 ani, dar noi suntem singuri care hotărâm cum vom arăta la 60 de ani." William Wordsworth exprima acelaşi gând pe altă cale: "Copilul este tatăl omului" (W. Wordsworth, "My Heart Leaps Up")

Tipic pentru atitudinea acelora care au în grijă părinții lor în vârstă, sunt cuvintele doamnei Sabin: "Doctore, trebuie să-mi spui ce am de făcut cu mama mea. Nu mai pot s-o suport. Ea ne scoală în timpul nopții. Soțul meu doarme cam o jumătate de oră pe noapte şi apoi trebuie să se ducă la lucru. Mereu strigă la copii şi ei sunt neliniştiți. De câțiva ani de când o am pe mama la mine sunt complet îmbătrânită. Nici tabletele somnifere n-o mai linistesc. Doctore, sunt terminată. Aşa am meritat-o. Trebuie să mă ajutați."

Inutil să spunem că nici pentru medici nu este uşor să dea o soluție în asemenea cazuri. Spitalele şi sanatoriile particulare nu doresc pacienți care deranjează deoarece ei tulbură pe alții, iar rudele nu sunt totdeauna învoite să interneze pe cei dragi într-un ospiciu de nebuni. în realitate, aceste cazuri nu sunt destul de serioase pentru un azil de alienați, dar sunt prea dificile pentru celelalte aşezăminte sanitare. Unii dintre aceştia pun la grea încercare răbdarea şi scurtează viețile acelora ce-i îngrijesc.

Ca să nu dau impresia că nesocotesc pe cei de vârstă înaintată, mă grăbesc să descriu un om la 90 de ani, unul din cei mai mărinimoşi oameni pe care i-am cunoscut vreodată. Dealungul multor ani a manifestat bunătate, voioşie şi considerație pentru oricine. Când pastorul D.G. Hampe s-a retras din preoția activă plină de succese la Akron-Ohio, el era, după cum spunea însuşi, "un tânăr la 92 de ani". De mulțe ani refuza să fie pensionat din cauză că după cum spunea el, era "supraânsuflețit". El era mai energic şi avea mai multă clarviziune decât mulți alții la 30 de ani. După pensionare,

pastorul Hampe şi soția sa paralizată au trăit la fiica lor care era măritată. După câtva timp el suferi câteva mici accidente vasculare cerebrale, comele durând de la câteva minute până la câteva ore. Apoi a avut un şoc serios (accident vascular). Coma a durat câteva zile şi a fost profundă. Nu mai putea să înghită. Pentru a-i prelungi zilele i-au introdus un tub stomacal prin care l-au alimentat. încă odată deveni parțial conştient. Dându-şi seama de ceea ce am făcut ca să-l menținem în viață, zâmbi şi spuse: "Eu cred că ar fi fost mai bine dacă mați fi lăsat să plec acasă, ca să fiu cu Domnul meu." O zi sau două mai târziu am încercat din nou să vorbim cu dânsul. Cu toate că nu putea nici să deschidă ochii, nici să vorbească, părca totuşi să audă pentru că îşi adună ultimele puteri, ridică o mână slabă şi făcu un semn de rămas bun. Au trecut şase ani de atunci şi văduva sa, doamna Hampe care va avea în curând 94 de ani, trăieşte încă în căminul fiicei. Cu toate că este paralizată şi constrânsă să stea într-un scaun cu rotile, este totdeauna fericită şi amabilă. Ea are din plin dureri şi suferință, dar niciodată nu aminteşte de ele.

Care este deosebirea dintre această pereche vârstnică şi alții mult mai tineri? După părerea mea răspunsul este evident. Ei au ascultat poruncile biblice şi au scăpat de mulți din factorii care produc arterioscleroza. Nu numai că au trăit mai mult, dar ei au căpătat personalități alese deoarece au avut Biblia ca îndrumător. Timp de 55 de ani au slujit Domnului în desinteresata lor consacrare de a ajuta pe alții. Adeseori cu salarii mici, ei şiau dus greutățile şi au crescut cei patru copii. Arterele lor nu au devenit sclerozate din cauza îmbuibării şi au luat mereu tot ceea ce le-a dat Domnul, cu inimile fericite şi pline de mulțumire. Nu este de mirare că această văduvă paralizată este iubită de toți care o cunosc. Fiica sa şi rudele cu care trăieşte, nu se simt niciodată împovărați cu dânsa ci mulțumesc Domnului că o ține în viață pentru a le înviora sufletele.

Biblia are sute de sfaturi pentru o viață îndelungată, fericită şi sănătoasă. Iată unul din ele: "Veniți fiilor şi ascultați-mă căci vă voi învăța frica Domnului (adevărata religie). Cine este omul care doreşte viață (să trăiască) şi vrea să aibă parte de zile fericite? Fereşte-ți limba de rău şi buzele de cuvinte înşelătoare! Depărtează-te de rău şi fă binele; caută pacea şi aleargă după ea!" (Psalm 34:11-14).

În aceste puține rânduri constă terapia medicală care ar fi prevenit milioane de cazuri de boli mintale. "... depărtează-te de rău...", profilaxie perfectă împotriva paraliziei sifilitice, odinioară cauza unuia din fiecare lo cazuri din azilele noastre de alienați mintali. "Depărtează-te de rău..." şi evită psihozele alcoolice care umplu în mod curent lista de internări din instituțiile noastre pentru alienați mintali.

"Fereşte-ți limba de rău şi buzele de cuvinte înşelătoare..." fă binele, caută să fii în pace..." acesta este sfatul pe care dacă îl urmați nu veți deveni un pisălog nesuferit.

Fiind prietenos față de alții, veți deveni o personalitate iubită şi plăcută. Dacă zecile de mii de bolnavi din aşezămintele noastre spitaliceşti ar fi practicat astfel de atitudini biblice, astăzi ei nu şi-ar fi lansat ultimele lor atacuri de furie în ospiciile de nebuni şi sanatoriile particulare.

22. Melci şi schizofreni

Rosemary era sfioasă, rezervată, meticuloasă cu propria-i persoană şi pedant îmbrăcată. Avea ca model pe mama sa care era "complet feminină". în zilele de vară puteai s-o găseşti pe Rosemary stând în grădină şi împletind ghirlande de flori. Ea nu se abătea din drumul ei pentru a se asocia cu alte fete. Ca tânără copilă a citit o sumedenie de cărți despre cavalerii şi doamnele de la curtea Regelui Artur şi pentru dânsa aceste personaje păreau mai reale decât ceilalți din jurul ei. Cu cât creştea în vârstă cu atât o preocupau tot mai mult aceste personaje imaginare, lipsite de greşeli şi cu mult mai fermecătoare decât oamenii obişnuiți, care uneori spun lucruri murdare. Când Rosemary se duse la facultate, deveni nefericită. Acasă avea cameră separată. Acum avea un dormitor comun cu alte două fete, bineînțes, fete foarte departe de eroinele cunoscute din cărți. Colegele ei de cameră şi cele din clasă au simțit că Rosemary era retrasă. Fără să-şi dea seama, ele au poreclit-o "îngâmfata". Dormea prost, nu se ocupa de lecții şi nu arăta nici un interes pentru mediul său înconjurător. într-o dimineață Rosenary nu se mai scula. Trecu de amiază şi ea mai era încă în pat, iar tăvița cu micul dejun şi prânzul au rămas neatinse. La întrebările responsabilei de dormitor ea stătu cu privirile ațintite în gol, imobilă, rigidă ca o figură de ceară.

Fu dusă la infimeria facultății, unde primi mai multă îngrijire decât un copilaş. Mâncarea care i se aducea rămânea neatinsă. Hrana lichidă i se dădea printr-un tub stomacal. înainte foarte curată şi pedantă, acum trebuia spălată, iar aşternuturile sale trebuiau schimbate des. Când sosi mama ei, Rosemary nu o recunoscu.

Caracteristica cea mai surprinzătoare a stării Rosemary-ei era că dacă cineva ar fi aşezat-o, pe ea sau vreun membru al ei, într-o poziție incomodă, ele rămâneau rigide. în timp de câteva ore, o fată inteligentă, cu note bune, s-a schimbat într-o figură de ceară, fără mişcare, incapabilă să se ajute singură. Dr. Melvin Thorner prezintă acest caz ca o ilustrație tipică de schizofrenie (Psychiatry în General Practice, Philadelphia, W. B. Saunders Co., 1949, pp. 265-268).

Schizofrenia este forma cea mai obişnuită de demență, ridicându-se la 23% din primele internări la spitalele de stat. Aceşti pacienți necesită o mai îndelungată spitalizare decât cei cu vreo altă afecțiune psihică. 50% din pacienții internați în spitalele noastre de boli mintale sunt cazuri de schizofrenie. Vârsta de izbucnire este între 18 şi 35 de ani.

Nu toți pacienții se manifestă în această boală aşa ca şi Rosemary. Psihiatrii împart schizofrenii în patru, sau chiar şi mai multe tipuri. Deoarece aceasta este starea mintală cea mai dificil de vindecat după ce s-a instaurat şi doarece există multe mijloace de prevenire, ne vom arunca o privire atentă asupra acestei nenorociri. De fapt, înainte ca Rosemary să fi devenit dementă, în mintea ei omenirea a fost împărțită într-o lume imaginară fermecătoare şi o lume neplăcută a realității. Din cauza acestor două lumi în care trăia, ne vom referi la starea ei de schizofrenie (schizo = a despărți şi phrenia = mintea).

O privire asupra melcului ne va ajuta să înțelegem această formă regretabilă de demență. Un melc este atât de timid încât nu iese niciodată complet din căsuța sa. Chiar şi atunci când apare, este fricos şi nenorocit. El scoate încet cele două mici periscoape echipate în vârf cu ochi şi priveşte în jur foarte speriat. Dacă lucrurile par să fie favorabile, iese afară în lumea înfricoşetoare a realității şi apoi trage după sine şi castelul său spiralat. Dacă i se pare că lumea este agresivă, se retrage îndată în castelul său unde poate să stea un timp nemăsurat de lung chiar dacă pericolul a trecut.

Desigur, fiecare din noi care pretindem că avem o personalitate normală, trebuie să mărturisim că uneori şi noi ne retragem în găoacea noastră protectoare. Trebuie să fim atenți ca retragerea care este determinată de propria noastră autocompătimire, să nu se manifeste prea frecvent. în cazul când vrem să fim prea prevăzători cheltuim mai mult timp visând ziua în amiaza mare retraşi în labirintele fanteziei noastre. Dacă continuăm să clocim şi să alintăm mândria noastră rănită în loc să ieşim în fața realității crude, sau dacă ne facem obiceiul de a ne retrage de fiecare dată când primim lovituri neplăcute, atunci personalitățile noastre pot devenit tot atât de încâlcite ca şi spiralele cochiliei melcului. în funcție de gradul nostru de retragere, oamenii ne vor trata şi clasifica după caz, ca visători, întorşi pe dos, încuiați, excentrici, sau în fine schizofreni.

Schizofrenia este o reacție specifică a neliniştii exagerate născută din incapacitatea omului de a face față necesității de ajustare în viață (S. Arieti, "Interpretation of Schizophrenia", New-York, Robert Brunner, 1955, pag. 3).

În centrul emotiv, neliniştea poate să stimuleze formarea unor substanțe chimice anormale. Aceste substanțe acționează asupra creierului provocând perturbări mintale anormale. în sprijinul acestor vederi sunt schimbările produse la un câine căruia i se injectează o substanță chimică numită bulbocapină. Aceste schimbări sunt surprinzător de asemănătoare cu acelea care s-au produs la Rosemary. Câinele injectat refuză să mănânce sau să bea, nu-şi mai recunoaşte vechii prieteni şi are rigiditatea de ceară.

Alte substanțe chimice pot produce halucinații psihotice sau de debilitate mintală. Dr. Carl Jung a fost primul care ne-a arătat că o cauză a schizofreniei este o toxină produsă în urma perturbărilor emotive, în special a fricii, toxină vătămătoare creierului.

În unele cazuri ereditatea predispune la schizofrenie. Totuşi un individ care are mai mulţi schizofreni printre înaintaşii săi, nu va fi considerat bolnav pe nedrept. Cineva care a moştenit o cantitate de dinamită în mansarda sa cerebrală, trebuie să-şi aducă aminte că această dinamită este primejdioasă numai dacă este expusă scânteilor fierbinţi ale focului emotiv. O astfel de persoană trebuie să cunoască faptul că schizofrenia nu este ereditară, dar că poate să fie un factor de predispoziţie. De aceea, pentru unul cu înaintaşi schizofreni se recomandă să exercite o atenţie mărită pentru a evita situaţiile de încordare nervoasă. De asemenea, un factor foarte important care predispune, este şi mediul înconjurător. Un individ cu o casă grea, cu un anturaj enervant sau cu o ocupaţie împovărată cu multe încordări, trebuie să fie foarte atent. în sprijinul acestui punct de vedere există un studiu asupra a 263 schizofreni care au fost trataţi şi care au ieşit din azilele de boli mintale. Analiza pacienţilor care au recăzut în demenţă, a arătat că cea mai obişnuită cauză a fost conflictul emotiv în cadrul mediului înconjurător.

Părinţii sunt un factor important în formarea copiilor lor pentru adaptarea încetul cu încetul la condiţiile lumii exterioare şi evident ei joacă un rol în dezvoltarea schizofreniei.

Părinţii Rosemary-ei au făcut prea puţin pentru a o pregăti în vederea întrării în universitate. Viaţa ei a fost încătuşată în lanţurile aurite ale basmelor. Din cauză că ceilalţi copii nu au înţeles-o, ea i-a evitat, iar părinţii în loc să o antreneze la adaptare, i-au luat apărarea. Poate că părinţii au citit pe undeva că oprimarea personalităţii nu este indicată şi au preferat să-i alimenteze capriciile. Activitatea sa era redusă la zero pentru că nu a fost pusă niciodată să lucreze. Nu toţi înţelegem proprietăţile chimice ale muncii fizice, dar este un fapt bine cunoscut că munca este un factor atât preventiv cât şi curativ în numeroase tulburări mintale. Multe mame spală farfuriile cu scuza "mai bine fac singură această muncă decât să am remuşcări că am pus-o pe Milly să o facă. " O astfel de judecată indică o greşită dragoste maternă şi poate să cauzeze o perturbare a personalităţii la Milly.

Să presupunem că Darlene a fost părăsită de prietenul ei. Cel mai bun remediu pentru a o elibera de efectele vătămătoare ale gândurilor (toxice), este activitatea fizică. Nu există un aparat psihoterapeutic mai bun decât peria şi mătura. Compătimesc adolescentul care nu este pus să lucreze. Un tată îngăduitor curăţă singur zăpada de pe cărări şi de pe stradă din cauză că tinerelul său fiu s-a întors acasă noaptea târziu. Tăticul a fost periclitat de un atac de cord, în timp ce flăcăul, înalt de un metru şi optzeci, îşi pierdu dimineaţa dormind. Tinerelului i s-au creiat condiţii ca să viseze "castele spaniole" dar nu a fost niciodată învăţat să construiască pe pământ un bordei de lemn.

Psihiatria recunoaşte că trândăvia este o caracteristică frecentă a schizofrenilor. Dr. Williams S. Sadler scrie: "Ân multe asemenea cazuri sunt tineri care nu sunt dispuşi să accepte restricţiile sociale şi condiţiile culturale ale mediului înconjurător" (Practice of Psychiatry, St. Louis, C. V. Mosby Co., 1953, pag. 396). Ei nu au niciodată poftă să facă un efort

constructiv pentru adaptare din cauză că este mult mai uşor să fugă de lucru şi de oamenii adevăraţi, retrăgându-se în spiralele încâlcite ale fanteziei lor. Un băiat care este învăţat cu un program de lucru, nu-i va fi dat probabil să se transforme într-un huligan care umblă după alte senzaţii. Nu-i va fi dat probabil nici să toace venitul familiei pentru plata unui psihiatru. Dacă nu este prea în vârstă, un tratament mult mai eficace ar fi o vizită la o familie nevoiaşă unde copiii sunt ţinuţi din scurt şi unde se practică aplicarea acestei înţelepciuni biblice: "Nebunia este lipită de inima copilului, dar nuiaua certării o va deslipi de el" (Proverbe 22:15).

Se mai vorbeşte încă despre o cuvântare rostită cu mulţi ani în urmă de Dr. James S. Luckey cu ocazia acordării diplomelor la facultatea Houghton. Subiectul trata porunca atât de mult neglijată: "Să lucrezi şase zile" (Exod 20:9). Bănuiesc că John Smith a înlăturat posibilităţile de schizofrenie în prima colonia americană Jamestown din cauză că a introdus obligatoriu o îndrumare biblică: "... vă spun lămurit că cine nu vrea să lucreze, nici să nu mănânce" (2 Tesaloniceni 3:10).

Frica părintească de a nu pune piedici în dezvoltarea personalităţii unui tânăr, face adesea din acesta un adolescent nedisciplinat, care este o pradă uşoară în lupta de toate zielele. Acum lo ani am fost chemat la infirmeria facultăţii pentru a examina o fată în vârstă de 18 ani. O chema Lorna Henderson. Ea era în parte retrasă, răspundea indispusă la întrebări şi se credea foarte fricoasă spunând: "Ân mine sunt două fiinţe şi nu ştiu pe care să o ascult." Am aflat de la colegele ei de clasă că a pierdut multe nopţi nedormite din cauza învăţăturii pentru examenele semestriale şi de asemenea din cauză că dorea să participe la câteva concursuri pentru a fi angajată într-un serviciu public. Ea era deţinătoarea unei burse excelente, ceea ce însemna că notele ei erau foarte bune.

Lorna s-a certat cu colegele ei de cameră. Apoi cu trei zile înainte de prăbuşire s-a certat şi cu logodnicul său. Sentimente de frică şi nelinişte au crescut în interiorul ei tot mai mult. Ea n-a acceptat cruda realitate.

A doua zi au sosit şi părinţii ei care doreau să ia informaţii de la mine. Cu ei erau alţi doi copii în vârstă de circa 7 şi 9 ani. în timpul intrevederii noastre în cabinetul meu, aceşti doi copii puneau mâna pe orice lucru care se putea mişca. Părinţii bine educaţi şi delicaţi le-au făcut multe mustrări, dar fără rezultat, deoarece băieţaşul lovea cu picioarele în mama sa, iar fetiţa, de mai multe ori, scuipă pe tatăl său.

Mi-am amintit de aceea ce a spus Dr. Douglas Kelly, profesor la universitatea din California, psihiatru şef la procesele de la Niirenberg: "Daţi uitării pe psihologul Freud şi salvaţi-vă copilul." Spunea cu alte cuvinte că frica de a nu ţine un copil în frâu a dus la perturbări în educaţia acestuia. Rezultatul? "O generaţie de copii cărora nu li s-a insuflat disciplina necesară de a răzbi în viaţă... . Entuziasmul nostru pentru învăţăturile psihologice ne-a adus decăderea în traumatisme (stress) ("Psichiatry At Work", Time, 18 iulie 1955, pag. 55).

Dacă Lorna n-a învățat acasă să răzbească atunci când era de 5-10 sau 15 ani, este de înțeles de ce acum, într-un mediu înconjurător străin, ea nu era în stare să facă față greutăților cauzate de tovarăşele de cameră, de abandonarea logodnicului său şi de calificativele slabe în obținerea unui angajament public.

Copiii care nu au avut niciodată condiții de a fi înfrânți în timpul primilor 15 ani ai vieții, nu vor fi prea corespunzători a înfrunta greutățile vieții de adult fără să aibă parte de încordări neobişnuite cu toate urmările lor chimice anormale.

În sfârşit, individul în sine este un factor determinant în dezvoltarea schizofreniei. Adevărat, el nu mai are nimic de spus asupra eredității sale, de multe ori nici asupra mediului său înconjurător şi nici asupra tipului de educație pe care a primit-o de la părinți. Dacă toate acestea au fost excepponal de rele, încercarea de a schimba tiparul în care a fost turnat va fi o sarcină dificilă. Şi totuşi, dacă individul este stăpân pe evenimentele din viața sa, el poate să-şi făurească singur personalitatea. Acum 40 de ani am cunoscut o femeie a cărei ereditate, mediu înconjurător şi educație părintească erau deplorabile. Azi ea este o personalitate frumos consolidată. Oricine o cunoaşte poate afirma că toate calitățile ei excelente şi transformarea sa au fost datorate faptului de a-l fi urmat pe Cristos.

Cine îl are pe Cristos în inimă şi Biblia în mână, este splendid înarmat împotriva schizofreniei, cea mai pustiitoare tulburare mintală. De ce fac eu această afirmație?

Este recunoscut din punct de vedere medical, că schizofrenia este rezultatul unui sentiment de frică ce îsi are rădăcina în incapacitatea de adaptare la situațiile unei vârste adulte. La indivizii predispuşi, chiar şi o mică nelinişte poate să fie fatală. Mai mult chiar, se emite părerea că orice individ dacă este supus la o încercare grea, poate avea o reacție de schizofrenie.

Bineînțeles, orice fapt care poate înlătura sentimentul de frică, de nelinişte, este de mare importanță în prevenirea schizofreniei. în această privință, nimic nu este mai important decât întoarcerea la o viață spirituală creştinească. Oricine se pocăieşte cu adevărat şi cere lui Dumnezeu iertarea păcatelor, nu poate să uite niciodată calea miraculoasă prin care sufletul său a fost eliberat de complexul de vinovăție. Fie păcatul cât de mic sau cât de mare, Cristos iartă îndată şi aduce pacea "care întrece orice pricepere (omenească)... (Filipeni 4:7). Milioane de oameni pot să mărturisească despre adevărul promisiunii Sale: "Vă las pacea, vă dau pacea Mea. Nu v-o dau cum o dă lumea. Să nu vi se tulbure inima şi nici să nu se înspăimânte" (Ioan 14:27).

Pacientul schizofren suferă din cauză că interesul şi energiile sale sunt orientate înspre interior şi de aceea ca tratament nu este surprinzător dacă citim: "Este necesar ca eforturile emoționale să fie sustrase de la

preocupările subiective, iar interesele pacientului să fie îndrumate spre lucruri exterioare, insuflându-se obieceiuri soeiale sănătoase" (The Merck Manual- Rahway, N.J., Merck & Co., 1956 p. 1311).

Biblia a dat acelaş sfat cu secole înainte: "Fiecare din voi să se uite nu la foloasele lui ci la foloasele altora" (Filip. 2:4) şi să învețe a vedea lucrurile şi din punet de vedere al altora.

Desigur, Lorna nu a fost niciodată învățată şi nici nu şi-a impus autodisciplina necesară ca să păşească în lume alături cu ceilalți oameni. Din cauză că nu a putut să se înțeleagă cu logodnicul său, el a rupt logodna, în realitate Lorna era de condamnat pentrucă ea singură a contribuit cel mai mult la crearea uraganului emotiv care a cufundat-o. Ea nu a fost învoită să accepte vreo înfrângere şi era concentrată numai asupra căii sale egocentrice. Desigur, lucrurile s-ar fi desfăşurat altfel dacă ea ar fi trăit după aceste sfaturi biblice: "Orice amărăciune, orice iuțime, orice mânie, orice strigare, oriece clevetire şi orice fel de răutate să piară din mijlocul vostru. Dimpotrivă, fiți buni unii cu alții, miloşi şi iertați-vă unii pe alții cum v-a iertat şi Dumnezeu pe voi în (din cauza lui) Cristos" (Efeseni 4:31-32).

"Iubiți-vă unii pe alții cu o dragoste frățească. în cinste, fiecare să dea întâetate altuia" (Romani 12:10).

"Aşa dar să urmărim lucrurile care duc La pacea şi zidirea noastră" (Romani 14:19).

Am văzut creştini care în zelul lor pentru Domnul au devenit vinovați de o altă greşeală pe care a făcut-o şi Lorna. Ei încercau să facă prea mult. Mai trebuie însă timp şi pentru odihnă şi relaxare.

Isus le-a zis: "Veniți singuri la o parte, într-un loc pustiu şi odihniți-vă puțin. Căci erau mulți care veneau şi se duceau şi nu aveau vreme nici să mănânce" (Marcu 6:31).

Lorna, în tensiunea ei de a obține note mari, studia 7 zile pe săptămână. Ea nu s-a gândit că porunca biblică de a te odihni o zi din cele şapte, era şi pentru dânsa şi generația ei. Ea nu şi-a dat seama că valoarea acestei porunci a fost confirmată pe deantregul de cercetătorii moderni care au studiat stressul (âncordarea).

Asemenea altor mii, Lorna nu a înțeles că Tatăl iubitor a dat aceste sfaturi cu scopul de a-şi salva copiii de perturbări fizice şi mintale.

Din clipa când omul a păcătuit şi a atras asupra sa bolile trupeşti şi sufleteşti, Domnul a căutat să-l ajute şi să aline efectele bolilor. Dar omul, cu mintea lui pervertită, a dat la o parte, ca fiind fără valoare, sfaturile adevărate care ar fi putut să-l salveze. Cunoscând acum factorii pentru prevenirea schizofreniei, putem să înțelegem iubirea Tatălui care se manifestă în poruncile de a lucra, de a ne odihni, de a vedea lucrurile şi din

punctul de vedere al altora, de a uita de resentimente, de mânie sau accese de furie, de a nu ține cu orice preț la o autoafirmare violentă şi de a deschide uşa inimilor noastre, astfel ca Duhul Mângâietor să poată intra.

Dacă acceptăm şi rezultatul cercetărilor ştiințifice că schizofrenia este "o reacție specifică a sentimentelor de frică şi nelinişte", atunci vom înțelege şi accentul pus de Isus şi de apostoli pe umplerea cu Duhul Sfânt care este personificarea păcii.

"Vă las pacea; Vă dau pacea Mea....."

23. O lecție: John D. Rockefeller

Ca tânăr, John D. Rockefeller senior, era tot atât de voinic şi zdravăn ca şi un flăcău fermier. Când s-a apucat de negoț, el a muncit mai mult decât un sclav mânat de cravaşa şefului. La vârsta de 33 de ani avea primul milion de dolare. Fără răgaz, orice moment era consacrat pentru lucru. La 43 de ani el stăpânea cea mai mare afacere comercială din lume. La vârsta de 53 de ani era cel mai bogat om de pe pământ şi singurul miliardar din lume.

Pentru această realizare, el şi-a vândut propria fericire şi sănătate. El a contractat o alopecie, o stare în care cade nu numai părul capului ci şi o parte din gene şi sprâncene. Unul din biografii lui spunea că Rockefeller arăta ca o mumie. Venitul său era de un milion de dolari pe săptămână, dar digestia sa era aşa de proastă încât putea să mănânce numai biscuiți şi lapte.

Ca şi Scrooge (personaj principal într-un roman de Dickens), John D. era singuratec şi mut. El a mărturisit odată că dorea să fie iubit, dar nu-şi dădea seama că oamenii iubesc numai pe aceia din care emană iubirea. Lipsit de considerație pentru alții, în mocirla plăcerii lui de a-şi mări tot mai mult profiturile, zdrobea adesea pe cel lipsit de ajutor. Era atât de urât pe terenurile petrolifere din Pensylvania, încât oamenii pe care i-a sărăcit iau spânzurat portretul. El era păzit zi şi noapte de gărzi personale.

Enorma avere pe care a acumulat-o nu-i dădea pace nici fericire. Până la urmă constată că era înăbuşit de averea pe care căuta s-o acumuleze şi s-o conducă. Nu putea să doarmă şi nu se putea bucura de nimic.

Când John D. avea numai 53 de ani, Ida Tarbell scria despre el: "O îmbătrânire îngrozitoare se vedea pe fața lui. Arăta ca cel mai bătrân om pe care l-am văzut vreodată."

Biscuiții şi laptele pe care le înghițea posac, nu puteau să țină mult timp legați unul de altul, trupul său istovit cu sufletul său lipsit de pace. Părerea generală era că nu va mai trăi încă un an, iar reporterii i-au şi pregătit necrologul pentru a fi publicat în ziare.

John D. era năpădit de multe gânduri în lungile nopți de nesomn. într-o noapte făcu descoperirea senzațională că nu era în stare să ia cu el în lumea cealaltă nici măcar o monedă nenorocită de 10 cenți. îl cuprinse disperarea

ca pe un mic copil care vede mareea necruțătoare venind să-i mături într-o clipă toate castelele de nisip pe care le-a clădit.

Pentru prima dată recunoscu că banul nu era de folos pentru a fi păstrat, ci trebuie să fie distribuit pentru beneficiul altora. Dimineața următoare, fără a pierde timpul asemenea lui Scrooge, el transformă banul său în fericiri pentru alții. Astfel începu să ajute cauze nobile. El înființă Fundația Rockefeller pentru ca o parte din averea sa să fie canalizată spre zonele nevoiaşe. Ar fi necesară o carte pentru a descrie beneficiile care rezultau din multele sute de milioane de dolari cu care copleşi universitățile, spitalele, lucrările misionare şi milioanele de oameni oropsiți. El a fost unul din cei care a ajutat Sudul să scape de cea mai mare calamitate economică şi fizică, gândacul coleopter. Putem mulțumi lui John D. că viețile noastre şi ale copiilor noştri sunt salvate prin penicilină pentru că prin contribuțiile sale a ajutat la descoperirea acestui medicament miraculos. Banul său a produs scânteia pentru cercetarea ştiințifică care a salvat şi salvează încă multe milioane de oameni de la o moarte prematură în cazurile de malarie, tuberculoză, difterie şi multe alte boli.

Nu este scopul meu de a da amănunte despre binecuvântările revărsate în lume atunci când John D. şi-a schimat atitudinea gândind că este bine nu numai a primi ci şi a da. Scopul meu este de a vă arăta că atunci când a început să gândească şi la lumea din exterior, spre nevoile altora, s-a întâmplat un miracol. Acum a început să doarmă, să mănânce normal şi să se bucure de viață în general. Amărăciunea, răutatea şi egocentrismul arid au dispărut din viața lui şi în sufletul lui John D. au pătruns fluvii înviorătoare de iubire şi milă. El care era respingător şi fără viață, deveni acum extrem de vioi şi activ.

Când Rockefeller împlini 53 de ani, se părea aproape sigur că nu va mai sărbători niciodată o altă zi de naştere. Dar el a început să pună în practică una din legile veşnice ale lui Dumnezeu şi a recoltat beneficiile promise de ea: "...Dați şi vi se va da; ba încă vi se va turna în sân o măsură bună, îndesată, clătinată, care se va vărsa pe deasupra. Căci cu ce măsură veți măsura, cu aceea vi se va măsura" (Luca 6:38). El a gustat valabilitatea acestei promisiuni, căci a trăit nu numai până la a 54-a şi a 55-a aniversare a naşterii sale, ci a făcut o experiență a unei "bune măsure îndesate...care s-a vărsat pe deasupra" căci el a trăit până la respectabila vârstă de 98 de ani.

Psihiatria modernă a preluat pe lângă numeroase şi prețioase sfaturi biblice şi pe acela de a gândi altruist, ajutând şi pe alții. Un psihiatru scrie: "Fără iubire noi pierdem voința de a trăi. Vitalitatea noastră spirituală şi fizică este subminată, rezistența noastră este micşorată şi cedăm bolii care adesea se dovedeşte fatală. Putem să scăpăm de moarte, dar ceea ce ne rămâne este o existență sărăcăcioasă şi stearpă, iar din punct de vedere emotiv aşa de secătuită încât putem să ne socotim numai pe jumătate vii” (Smiley Blanton "Love or Perish", New-York, Simon and Schuster, Inc. 1956 p.4)

Harry şi Bonaro Overstreet, excelenți cunoscători ai naturii omeneşti, scriau: "...este unul din adevărurile de bază ale vieții omeneşti, că cine nu se jertfeşte pe sine însuşi, nu are satisfacții" (Harry J.Johnson "Blue Print for Health", Chicago, Blue Cross Association, Summer 1962, p. 19).

Ca oameni, ne supunem unor examene medicale, ne îngrijim trupul cu medicamente, cu vitamine şi cu zeci de alte ajutoare, dar suntem grozav de necunoscători a unor exerciții mintale necesare pentru o viață pe deplin fericită. Ar fi ideal ca această educație de a gândi altruist să înceapă la naştere. Din nefericire un mic copil este învățat a gândi egoist când i se dă ocazie să-şi manifeste propria importanță. De fiecare dată când dă cele mai uşoare semne de nervozitate, părinții şi bunicii aleargă să-l strângă drăgostos în brațe, îl giugiulesc, îi dau un biberon, îl plimbă în brațe, sau fac ceva ca să-i arate că soarele, luna şi stelele sunt gata să-i răspundă la fiecare gest de agitație. Un copilaş devine astfel obişnuit ca toate lucrurile să stea la dispoziția lui, încât cu trecerea timpului el îşi desăvârşeşte tehnica pentru interesele direct egoiste până la desgust. Când apoi, ca elev în clasa întâiî primară povesteşte părinților despre un băiat mai mic că este "fricos", că el îl trânteşte la pământ şi îl bate, drăgăstosul tată se bucură şi-l aplaudă zicându-i "viteaz băiat are tata!" Când unul din clasa a 6-a se tânguieşte că "acel bătrân director la pedepsit pentru nimica toată", majoritatea părinților judecă cazul numai pe baza afirmațiilor adolescentului plângăreț. Tatăl meu nu a avut niciodată ocazie să judece vreo plângere a mea fiindcă eu ştiam că dacă auzea că am fost pedepsit la şcoală, în mod automat primeam şi acasă o curea. Tatăl meu putea fi socotit nerezonabil, totuşi metoda sa a contribuit la prevenirea egocentrismului meu. Părinții care mereu împroaşcă cu noroi pragul casei vecinilor pentru a-l arăta pe al lor mai curat, sunt un exemplu rău, pe care copii lor de obicei îl urmează. Părinții nu trebuie să vorbească de rău pe cineva în fața copiilor. Pei·sonalitatea lor este rău influențată dacă masa de seară devine o "masă de disecție" a vecinilor.

Mult prea multe din eforturile şi banii noştri sunt dirijate spre interese egoiste pentru a clădi "eul" copiilor noştri. Noi cumpărăm copiliței în vârstă de 8 ani hăinuțe mult mai scumpe decât poate permite bugetul familiei, o facem "complet feminină" după modclul umi actrițe, îi cultivăm egoismul, îi cumpărăm un pian sau alte instrumente, îi dăm lecții de muzică, dar niciodată nu ne ostenim să gândească altruist, în intersul altora. Educarea altruistă pozitivă este posibilă. Putem să-i cumpărăm lui Suzi un tort semipreparat, s-o punem să-l coacă şi să-l garnisească, apoi să-l ducă la o mamă istovită de muncă sau bolnavă. Ce investiție mai bună poate să facă cineva cu bani aşa de puțini pentru a-i oferi lui Suzi fericirea de a pleca zburând spre casă, veselă şi plină de sănătate sufletească? Unele din cele mai iubite persoane pe care le cunosc sunt copiii mici care sacrifică banii lor economiciți pentru bomboane pe care să le dea celor nevoiaşi sau pentru scopuri misionare. Copiii instruiți de timpuriu ca să fie politicoşi față de alții, cu siguranță că nu vor produce în anii de mai târziu dezamăgiri părinților sau altora.

Este cu adevărat înțelept acel părinte care poate să îndrumeze pe tânărul în vârstă de 14 ani să se ducă la un vecin nevoiaş ca să-i cosească pajiştea, să-i strângă fânul sau să-i curețe zăpada. Nu există o cale mai bună de a insufla obiceiuri sociale sănătoase tineretului. în cartierul în care stau, se pare că părinții merg pe calea opusă când echipează pe băiețaşul lor în vârstă de 3 ani, cu puşcă şi şase gloanțe ca să bubuie pe fiecare trecător. Aceasta îi obişnuieşte cu idea de a obține ceea ce doresc numai lovind sau chiar omorând pe alții.

Din cauză că am îngăduit copilaşului de 6luni să fie "numai plămâni", celui în vârstă de lo ani "numai joacă", adolescentului "numai sporturi de performanță", fetei adolescente "numai puf şi volănaşe", celui de 35 de ani "numai afaceri şi jocuri de noroc", celui în vârstă de 45 de ani "numai confort", nu este de mirare că cel în vârstă de 55 de aniva fi "numai învins" şi cel de 60 de ani "numai înăcrit-ursuz".

John D. Rockefeller a dovedit că viața sănătoasă, plăcută, nu se obține prin "a lua" ci prin "a dărui". Atunci când cetățenii recunoscători din Cleveland, Ohio, l-au felicitat, el le vorbi din proprie experiență: "Îndreptați gândurile voastre spre lucrurile înalte ale vieții. Fiți în serviciul omenirii. Canalizați gândurile voastre spre cele folositoare; priviți înainte pentru a vedea dacă din succesul vostru va ieşi ceva folositor. întrebarea voastră să fie: "care va fi rodul carierii mele?... Va fi el înzestrarea spitalelor, a bisericilor, a şcolilor şi azilelor?... Fă tot ce poți pentru ajutorarea tovarăşilor tăi şi făcând astfel, te vei bucura de mult bine în viață" (John D. Rockefeller, Sr., "Outlook" 7 oct. 1905, pp. 300-301).

Lui Rockefeller i-a trebuit mai mult de jumătate secol de viață seacă, nefericită şi cale aspră, până ce a găsit unul din secretele de bază spre o viață adevărată. Este trist că până atunci nu a citit şi nu a păzit sfaturile sănătoase aflate în Cartea Cărților: "Cine nu iubeşte pe fratele său rămâne în moarte" (1 Ioan 3:14), "Aveți aceleaşi simțăminte unii față de alții. NU umblați după licrurile înalte ci rămâneți la cele smerite. Să nu vă socotiți singuri înțelepți" (Romani 12:16).

Nu este nimănui uşor să practice aceste directive prin propria sa putere. Psihiatria modernă se apropie de Biblie când apreciază importanța dirijării excentrice a fluxului gândurilor, dar psihiatria nu poate să asigure suficientă influență morală voinței noastre de a obtine vreun avantaj în fața unor piedici neplăcute. îmi amintesc de acel miros penetrant şi neplăcut ce era întro seară în sala de aşteptare a cabinetului meu. Acesta emana de la scutecele care nu au fost spălate bine şi totuşi folosite la un copilaş în vârstă de circa două luni. Mama copilului în vârstă de circa 30 de ani a avut nouă naşteri şi şapte din copii sunt în viață. Era murdară, gârbovită şi săracă. în mână ținea câteva zdrențe pe care le foIosea ca scutece.

Mă simt ruşinat să mărturisesc adevărul că dacă nu aveam mila lui Dumnezeu în inimă, după consultație i-aş fi cerut ca în viitor să caute în altă parte asistență medicala. Gândul de a încerca să refuz a îngriji această

familie, mă chinuia cumplit. De ce să mă mai încurc cu ei şi altă dată? Dar am făcut-o şi altă dată! Cum puteam face altfel când îmi reamintii că Isus a părăsit gloria cerului şi a venit pe pă-mânt pentru că eu însumi aveam nevoie de un ajutor serios atât fizic cât şi spiritual? El a venit chiar dacă duhoarea păcatelor mele era mult mai revoltătoare pentru simțurile Lui. Prețul pe care El l-a plătit pentru a mă ajuta, nu poate fi măsurat niciodată.

Da, psihiatria îmi arată că a mă gândi altruist şi la nevoile altor oameni este de cea mai mare importanță, dar numai Cristos poate să-mi asigure şi puterea necesară: ,.Căci oricine vrea să-şi scape viața, o va pierde; dar oricine îşi va pierde viața pentru Mine (din cauza Numelui Meu), o va câştiga" (Matei 16:25).

.....din cauza Numelui Meu...", aici este puterea şi imbolduh.care poate să ne salveze de egocentrismul nostru.

24. Nu căuta să împuşti luna

"Tată, eu vreau să mă duc în lună. " Acestea erau cuvintele fiicei mele Linda în vârstă de 3 ani într-o seară, pe când eram în Africa şi şedeam pe terasa descoperită. Altcineva poate ar fi certat-o aspru, dar luna tropicală părea foarte mare, foarte aproape şi semăna cu o țară frumoasă şi captivantă. I-am explicat cu grije şi răbdare, că luna era mult rnai departe decât se părea. Dorința Lindei era însă atât de intensă încât îşi concentra toată atenția asupra fiecărui cuvânt exprimat de mine. Totuşi ea continuă cererea într-un mod mişcător şi ignora complet neputința mea de a o ajuta. Dezamăgită, izbucni în lacrimi.

"Tată, nu vrei totuşi să încerci? Du-te, adu masa din sufragerie, pune pe ceealaltă peste ea, apoi toate scaunele unul peste altul. "

Până la urmă am ajuns amândoi foarte iritați. Ultimele mele cuvinte n-au fost nici grozave şi nici remarcabile din punct de vedere psihologic, dar au avut efect: "Linda, dacă nu încetezi să mă mai bați la cap, am să-ți trag o bătaie!"

Cugetând asupra emoțiilor şi încordării Lindei, am putut uşor înțelege de ce lupta pentru ranguri înalte, cu înfrângeri consecutive este un puternic factor de grăbire a perturbărilor mintale. între lună şi lunatec există legături mai adânci decât pur mitologice sau etimologice.

Să o numim Arlene Traubel. Ea nu este o fată ci un complex de aproximativ cinci fete pe care le-am cunoscut ca paciente. Arlene era într-un institut superior de învățământ şi a fost pe lista celor mai buni încă din timpul primului an şcolar. Ea voia cu orice preț să se mențină în această situație până la sfârşitul studiului. Era o ispravă comparabilă întrucâtva cu urcatul pe lună. Ea privea cu desfătare văzându-şi numele pe acea listă mult râvnită, dar în anii următori ea începu să simtă că este depăşită de alții. Gândul de a fi ştearsă de pe listă o făcea neliniştită şi plină de frică şi astfel capacitatea sa de a continua studiile începu să descrească. într-o zi Arlene fu internată în infirmerie din cauză că nu mai putea citi. Ea putea să pronunțe cuvinte, dar era incapabilă să le înțeleagă sensul. După o săptămână simți o mică ameliorare, dar în fiecare zi nelinişstea ei creştea din cauză că i se micşorau şansele de a mai fi prima.

Arlene era convinsă că suferă şi se întâmplă ceva rău cu ea. Am încercat să-i spun că are nevoie de multă relaxare şi distracție şi că ar fi bine să-şi schimbe punctul de vedere de a apuca luna de pe cer. Se întoarse acasă.

Apoi fu internată şi examinată cu deamănuntul. A ieşit din spital cu o mare notă de plată şi cu diagnosticul "simptome de conversiune somatică". Aceasta însemna că incapacitatea sa de a citi era produsă de o tulburare psihică. Grija din cauza notelor sale rele s-a manifestat printr-un simptom de a bate în retragere şi incapacitatea de a citi.

Tulburarea psihică născută din dorinţele noastre de a "apuca luna" sau de a atinge limite superioare faţă de colegii noştri este foarte obişnuită. Dr. Alfred Adler, un eminent psihiatru, arată că dereglările nervoase şi emotive cele mai moderne se nasc dintr-o sforţare hotărâtă pentru putere. Din cauză că omul de rând în alergarea sa nebunească pentru atingerea unor scopuri şi obiective pământeşti este într-o întrecere zilnică cu alte persoane, ziua sa este plină de înfrângeri, greşeli, sentimente rănite şi doar arareori poate să pareze loviturile. Această întrecere deosebit de aspră şi cu hopuri, te oboseşte nejustificat. Te opreşti şi analizezi evenimentele şi conversaţiile zilei şi în 99% din cazuri vei descoperi că cineva şi-a bătut joc de imaginea ce ţi-ai făcut-o despre Eul propriu.

Noi suferim de uzură fizică şi mintală şi ne îmbolnăvim nu din cauza muncii, ci din cauză că noi, conştient sau inconştient, încercăm să dovedim colegilor că idealurile noastre sunt superioare, dogmele noastre sunt corecte, biserica noastră este cea mai bună, oraşul nostru este cel mai frumos, statul nostru este cel mai important, concepţiile noastre politice şi partidul nostru sunt necesare pentru salvarea omenirii, echipa noastră sportivă este cea mai bună din lume şi... a noastră,... a noastră,... a noastre, numiţi-le cum vreţi. Şi vom argumenta până învinetim, arătând că suntem poporul cel mai deştept şi că la decesul nostru, cu siguranţă, înţelepciunea va dispărea de pe faţa pământului. Argumentând şi argumentând, este o minune că nu explodăm adeseori într-o hemoragie cerebrală.

Săptămâna trecută se prezentă în cabinetul meu un tânăr cu o hemoragie puternică la ochi. I-a tras cineva vreun pumn? Nu, dar vasul sanguin din ochi s-a spart din cauza tensiunii la care a fost supus în timp ce cânta la tropetă. Data viitoare când o să fiţi ispitiţi să "suflaţi în trompetă" să vă amintiţi de acest tânăr.

Este regretabil a fi năpăstuiţi cu acest sentiment înăscut de a fi mereu într-o întrecere nebunească unul cu altul asemenea participanţilor la o cursă de automobile. în încercarea noastră de a fi primii, nu putem vedea paguba pe care o producem altora şi nouă înşine. Ca şi automobilele care se lovesc, se zdrobesc, se zgârâie, tot aşa şi omenirea este măcinată şi sfărâmată de multe boli din cauza întrecerilor la care se supune. Câteva din sfaturile, sau mai precis prescripţiile Noului Testament, ar salva milioane de inimi zdobite, frânte, strivite, dacă oamenii ar avea destulă credinţă ca să şi le însuşească şi să le aplice:

"Fiecare din voi să nu aibă despre sine o părere mai înaltă decât se cuvine, ci să aibă simţuri cumpătate despre sine potrivit cu măsura de credinţă” (Romani 12:3).

"Dragostea să fie fără prefăcătorie... aveți aceleaşi simțăminte unii față de alții, nu umblați după lucrurile înalte, ci rămâneți la cele smerite; să nu vă socotiți singuri înțelepți" (Romani 12:9-10, 16).

„...să nu fiți mulți învățători, căci ştiți că vom primi o judecată mai aspră" (Iacov 3:1).

"Feceți-mi bucuria deplină şi aveți o simțire, o dragoste, un suflet şi un gând. Nu faceți nimic din duh de ceartă sau din slavă deşartă, ci în smerenie, fiecare să privească pe altul mai pe sus de el însuşi" (Filipeni 2:2-3).

Înainte ca ucenicii să-şi răstignească zelul lor pentru putere, pe care Dr. Adler îl numeşte "ego-ambiție", dorința de căpetenie a fiecăruia era să şadă la locuri de cinste şi considerație şi să fie cel mai mare în împărăție. Vorbind despre farisei şi cărturari, Isus spunea:

"Toate faptele lor le fac pentru ca să fie văzuți de oameni. Astfel, îşi fac filacteriile late, îşi fac poalele veşmintelor cu ciucuri lungi; umblă după locurile dintâi la ospețe şi după scaunele dintâi în sinagogi; le place să le facă oamenii plecăciuni prin piețe şi să le zică "Rabi! Rabi!"... Voi să nu vă numiți Rabi! Fiindcă unul singur este învățătorul vostru: Cristos şi voi toți sunteți frați... Să nu vă numiți "Dascăli", căci unul singur este Dascălul vostru: Cristosul. Cel mai mare dintre voi să fie slujitorul vostru. Oricine se va înălța, va fi smerit şi oricine se va smeri, va fi înălțat" (Matei 23:5-12).

Aceste învățături biblice sunt diametral opuse filozofiilor lumei acesteia. lsus ne avertizează foarte convingător împotriva aspirațiilor la conducere. învățătura Sa nu ne dă însă nici o scuză pentru trândăvie, ci mai degrabă ne dă impulsul şi direcția în care să ne cheltuim energiile. învățătura lui Isus, tradusă în limbaj de facultate este: Nu permiteți inimii voastre să şadă sau să fie împrăştiată în cele patru vânturi, sau să fie pe lista celor buni de la decanat. Nu te lăsa adormită de faptul că ai fost aleasă "regină". Nu încerca să fii conducătorul unei clase, al unui comitet sau orice altceva. Munca pentru o diplomă academică este necesară, dar "nu lungiți ciucurii" hainelor voastre. "Nu lungiți ciucurii" la sfârşitul numelui vostru din cauza titlurilor academice. După Cartea lui Dumnezeu (Biblie) "superior" printre voi este acela numai care este "servul altora".

Întorcându-ne la considerațiile medicale, să nu vă mirați de ce individul care munceşte pentru a fi "ân vârful piramidei" suferă fizic şi intelectual, în timp ce alt student, lucrând tot aşa de intens, este liber de astfel de suferințe. Studentul care are ca scop să fie "primul" şi se străduieşte pentru superioritate, sapă în realitate un canal pentru dirijarea curentului intereselor sale împotriva lui însuşi. lnclinațiile sale egocentrice îi vor aduce într-o zi multă amărăciune, ba chiar ...autootrăvire". Cel care nu se supune din proprie inițiativă sfaturilor biblice, umilindu-se pe sine însuşi, va descoperi curând că chiar colegii lui îl vor obliga la aceasta. Ei vor prefera

adeseori căi care îi vorfi neplăcute. Atunci stressul - încordarea, la care va fi suspus, poate să-i cauzeze deplina tulburare intelectuală şi corporală. Cu totul pe alte căi merge acela care pune în practică cuvântul lui Dumnezeu care-l scuteşte de multe boli trupeşti. Psalmistul scrie:

"Multă pace au cei ce iubesc legea Ta şi nu li se întâmplă nici o nenorocire" (Psalmul 119:165).

Cu adevărat nimic? Eu nu cunose o strâmtorare mai mare ca aceia de a fi aruncat în foc. Totuşi eu cunosc şi voi cunoaşteți de asemenea oameni care au fost aruncați în foc şi au ieşit de acolo fără să aibă nici măcar miros de fum pe hainele lor.

Fiecare întâmpină zilnic neplăceri, dar creştinul nu va fi niciodată învins. Acum câtva timp am văzut pe Stephen W. Paine crunt amăgit şi în situații personale dificile în cafitate de decan al facultății. De fiecare dată însă sufletul meu era înviorat când spunea: "Aşa este bine! Poate că Domnul mi-a dat toate acestea ca să mă țină umilit." Omul care acceptă atât de repede asemenea situații, nu va fi înfrint niciodată.

Există o mare deosebire între individul care aleargă după lucruri mari pentru el însuşi şi unul ale cărui energii sint consacrate Impărăției lui Dumnezeu. în lumea noastră de afaceri, individul-care lucrează pe cont propriu are numai propriile sale resurse la care apelează atunci când se izbeşte de necazuri. Dar omul care face parte dintr-o mare corporație are toate resursele financiare ale acelei societăți. De aceea el este stăpânit de un sentiment de siguranță cunoscând că indiferent ce s-ar întâmpla, poate să nu fie îngrijorat. Tot astfel şi credinciosul creştin se aseamănă cu individul care îşi consacră forțele unei intreprinderi sau corporații care are un mare capital, unde el se simte sigur şi liber de înfrângeri şi boli. Nu numai că este eliberat de supărări, insulte, antagonisme şi jigniri producătoare de boli inerente egoistului, dar Dumnezeu îi asigură şi o personalitate care nu o dobândesc aceia care caută să "apuce luna".

Nu de mult am citit despre o tânără care dorea să intre la facultate. Când citi o întrebare pe formularul de cerere, i se muiară picioarele. "Posedați aptitudini de conducător?" fuse întrebarea. Fiind o fată conştiincioasă ea scrise "NU" şi predă formularul cu o inimă grea. Spre surpriza ei, primi o scrisoare de la facultate în care citi cam aşa ceva: "Cercetând cererile de înscriere am constatat că anul aeesta facultatea noastră va avea 1452 de conducători. Am acceptat cererea dvs. pentru că socotim că este absolut necesar să avem şi un student care este gata să se subordoneze."

Trăim în zile când nu este greu să găseşti oameni dispuşi să fie "bucătarul principal", dar sunt puțini aceia care sunt dispuşi să spele farfuriile. întotdeauna se găsesc multe sute de fete care doresc cu înfocare să participe la un concurs de frumusețe şi să fie alese ca "regine", dar puține vor fi de acord să pavoazeze şi să măture tribuna. Intreprinderile nu au avut

niciodată lipsă de oameni care doreau să fie tâmplari şefi, dar găseau cu greu oameni care să scoată cuiele sau să taie cu fierăstrăul scândurile.

Statisticile medicale arată că sunt aşa de mulți directori nebuni încât ar trebui un excavator ca să sape mormintele pentru ei. După toate acestea s-ar părea că nu ne-am deşteptat din goana după lună. Garantat, pentru a apuca luna este nevoie de o capsulă spațială bine echipată. Dar capsula aceasta are o asemănănare ciudată cu un salon dintr-un azil cu alienați.

Isus a spus un lucru pe care puțini oameni l-au luat în seamă din cauză ă el este tot atât de departe de gândirea noastră pământească precum este cerul de pământ. El a spus: "Ferice de cei blânzi, căci ei vor moşteni pământul" (Matei 5:5).

Noi credem că cei blânzi vor moşteni cerul când vor muri, dar Isus vra să ne convingă că cei blânzi moştenesc pământul chiar acuin. Studiați pe cei blânzi şi veți descoperi că în realitate ei intră în posesia oricărui lucru demn de o valoare pe acest pământ. Dacă judecăm puțin, vom înțelege de ce cei blânzi moştenesc pământul. Ei sunt atenți şi binevoitori față de interesele celor din jur şi nu s-au grăbit să se laude cu marile lor realizări, în schimb s-au grăbit să vă felicite pentru micile voastre izbânzi. Mulți ani ei au râs de glumele voastre "răsuflate".

Avem aci una din rugăciunile unui anonim condimentată cu puțină ironie: "Doamne păzeşte-mă a deveni flecăreț, şi a fi stăpânit de ideia fixă că trebuie să-mi exprim cu orice preț părerea personală asupra unui subiect oarecare. Eliberează-mă de pofta de a mă amesteca în treburile altora. învață-mă minunata lecție că şi eu aş putea greşi. Fă-mă folositor, dar nu autoritar. Să-mi pară rău dacă nu folosesc total vastul meu bagaj de înțelepciune şi experiență. Dar Tu cunoşti Doamne, că la sfârşit doresc să am şi câțiva prieteni" (Amonimus).

Isus a spus: " …cei blânzi vor moşteni pământul." Benito Mussolini şi Adolf Hitler nu au crezut aceasta. căci au încercat să-l ia cu forța. Nimeni nu a trăit o viață mai nefericită sau nu a murit de o moarte mai vrednică de dispreț ca aceşti doi.

Ce putem face ca să ne păzim de acest imbold interior de superioritate "ambiția eului"? Dr. Adler a căutat să devieze acest puternic imbold egoist pentru putere, aşa încât individul să poată colabora în mod amical cu cei ce posedă sentimente cu totul diferite şi a cultivat altruismul pe care omul de asemenea îl posedă (What Life Should Mean to You, Boston, Little, Brown and Co, 1931, pag. 258). în acest scop el a îndemnat pacienții săi să urmeze legea de aur: "Să iubeşti pe aproapele tău ca pe tine însuți" (Matei 19:19).

Slăbiciunea planului lui Adler era că el trata numai imboldul pentru supremație (putere), care este un simpton al naturii noastre fireşti. La fel şi Freud îşi concentra atenția asupra unui singur simpton firesc, înclinația omului spre sexualitate şi desfrâu. Greşeala lui Adler şi a lui Freud rezidă în

tratarea pur şi simplu a simptomelor naturii fireşti în loc să dirijeze terapia înspre cauză. Atunci când o persoană suferă de meningită nu este de nici un folos să o tratăm ca pe o nevralgie cu puțină aspirină, ci trebuie să dăm atacul cu antibiotice puternice asupra infecției însăşi.

Biblia concentrează terapia asupra cauzei simptomelor care este "natura firească". "Cei ce aparțin lui Cristos Isus şi-au răstignit firea pământească împreună cu patimile şi poftele lor" (Galateni 5:24).

În loc de a face drumuri frecvente, costisitoare şi adesea inutile la cabinetul psihiatrului, Domnul ne invită să facem un drum la cruce pentru a răstigni pe autorul tulburărilor noastre.

Dacă de dragul lui Cristos noi înşine vom înfige țepuşul în "eul ambițios" şi vom condamna la moarte acea personalitate care ne îndeamnă mereu la o viață imorală şi de plăceri, atunci vom fi salvați. "Căci Dumnezeu a osândit păcatul în firea pământească, trimițând din pricina păcatului pe însuşi Fiul Său într-o fire asemănătoare cu a păcatului" (Romani 8:3).

"De aceea şi Isus ca să sfințească norodul cu însuşi sângele Său, a pătimit dincolo de poartă. Să ieşim dar afară din tabără la El şi să suferim ocara Lui" (Evrei 13:12-13).

Acum dacă ieşiți dincolo de poartă, adică dincolo de doctrinele şi opiniile omeneşti pentru răstignirea cauzei producătoare de boli - vechea personalitate - veți fi în stare să spuneți ca şi Pavel: "Am fost răstignit împreună cu Cristos şi trăiesc, dar nu mai trăiesc eu, ci Cristos trăieşte în mine” (Galateni 2:20).

25. Vai, în mine trăiesc două ființe!

Acum câțiva ani, într-o seară de vară, s-a întâmplat una din cele mai brutale crime. Joseph Ransler se duse la locuința fratelui său care lucra în schimbul de noapte. Acasă o găsi pe soția fratelui său, care, relata el mai târziu, era îmbrăcată destul de sumar aşa cum era întotdeauna la acea oră. Câteva ore mai târziu Joseph săvârşi un act de siluire şi pentru a-şi acoperi fărădelegea, strangulă atât femeia cât şi pe unica ei fetiță. Când se întoarse de la lucru, fratele lui găsi victimele neînsuflețite.

După şapte ore de interogatoriu la poliție, Joseph Ransler a mărturisit şi a făcut această declarație: "Cum se face că un om ca mine să săvârşească o asemenea faptă? Doresc să mă rog pentru că în interiorul meu simt că aş vrea să fiu cel mai bun creştin de pe lume. Mă exteriorizez ca un maniac şi nu pot să-mi controlez acțiunile exterioare. Nu ştiu de ce." El însă nu prea şi-a bătut capul ca să asculte vocea interioară, deoarece poliția îl mai arestase încă de vreo şase ori.

Totuşi, recunoaşterea celor două forțe care lucrau în interiorul său, una pentru bine şi alta pentru rău, este demnă de notat. Sigmund Freud recunoaşte conflictul activ al acestor două forțe. în realitate, şcoala freudiană a psihoanalizei este de părere că acest conflict cerebral este sursa celor mai multe tulburări psihice ale omului.
Într-un capitol anterior am menționat că Dr. Karl Menninger recunoaşte existența acestor două forțe interioare şi se referă la ele ca la un "instinct al vieții" şi "instinct al morții". Instinctul vieții caută să păstreze viața proprie, în timp ce instinctul morții caută să.distrugă atât viața proprie cât pe a altora.

Cartea scrisă de Dr. Menninger asupra sinuciderii, este intitulată pe drept cuvânt şi cu competență "Omul împotriva lui însuşi" (New-York, Harcourt, Brace and Co., Inc., 1938, pag. 81).

Oamenii care stau pe marginea unei prăpastii simt adesea o forță interioară care vrea să-i împingă peste marginea acesteia. Ei simt însă şi o altă forță care îi provoacă să se dea înapoi şi de obicei acordă mai multă atenție acestei forțe. Din cauza acesfei forțe rele care locuieşte în om şi care caută distrugerea lui, nu este surprinzător că în Statele Unite se întâmplă anual 19 mii de sinucideri, fără să menționăm pe mulți care maschează sinuciderile printr-un accident şi alte multe mii care încearcă să se sinucidă dar nu reuşesc.

Carl Jung, fondatorul şcolii psihologiei analitice, a fost de asemenea impresionat de faptul că nevrozele erau produse de lupta dintre cele două forțe cerebrale mereu în război: "Ceea ce împinge oamenii la război între ei este simțul sau cunoştința că ei se compun din două persoane în opoziție una cu alta. Conflictul poate să fie între omul sensual şi omul spiritual." Este ceea ce Faust înțelege atunci când spune: "Vai! în mine locuiesc două ființe..." O nevroză este o disociere a personalității. Vindecarea ar putea fi tratată ca o problemă religioasă" ("Modern Man în Search of a Soul", New-York, Harcourt, Brace and Co., Inc., 1933 p. 273).

În cartea "Dr. Jekyl şi Mr. Hyde", Robert Louis Stevenson descrie fascinant un individ care a fost stăpânit într-o clipă de binefăcătorul Dr. Jekyl, ca după aceea în clipa următoare să fie transformat şi controlat de natura rea şi criminată a lui Mr. Hyde.

Psihologii şi psihiatrii moderni pot să dea un răspuns precis la întrebarea criminalului Joseph Ransler "Cum se face că un om ca mine să săvârşească o asemenea faptă?" Mulți oameni simt bivalența lor, prezența a două forțe interioare opuse, una bună şi una rea. Mulți indivizi recunosc puterea mai mare a forței răului. Poate că ei nu au fost spânzurați pentru faptele lor rele, dar de multe ori aceştia şi-au acoperit fața de ruşine. Interiorizându-ne, fiecare din noi putem simți prezența a două forțe opuse. Este deosebit de uşor a simți dualitatea noastră atunci când avem de decis asupra unui litigiu moral. Nu este plăcut să simți cum doi boxeri se luptă în noi făcând mare tărăboi în mansarda ființei noastre (creierul).

Cu patru mii de ani înainte ca psihiatria să-şi dea seama de importanța celor două forțe din om, Dumnezeu descrie acest conflict într-o dramă relatată în eartea intâia a Bibliei (Geneza 21). Lui Avraam şi soției sale Sara, Dumnezeu le-a promis un fiu prin care toate națiunile pământului vor fi binecuvântate. După trecerea multor ani, Sara deveni bătrână şi a crezut că Dumnezeu a uitat de promisiunea făcută. Ea s-a decis să-l scoată din încurcătură pe Iehova cel zăbavnic. Ca să poată obține moştenitorul promis în ai cărui urmaşi ar fi binecuvântate toate națiunile lumii, ea împrumută lui Avraam pe sclava sa Agar. Avraam a consimțit la acest plan omenesc fără să consulte pe Dumnezeu. La timpul potrivit sclava a născut lui Avraam un fiu pe care l-a numit Ismael. Avraam era mândru că în sfârşit avea un fiu, un moştenitor prin care Dumnezeu ar fi putut să-şi împlinească promisiunea divină.

Bătrânul patriarh iubea cu toată inima pe micul Isrnael, singurul lui copil, cu care era foarte tandru. Când Ismael avea 13 ani, Dumnezeu îl uimi peste măsură pe fericitul Avraam spunându-i că Ismael născut din sclavă nu era acela prin care El va binecuvânta omenirea. Dumnezeu îi spuse lui Avraam că zbârcita sa soție în vârstă de 90 de ani îi va naşte un fiu prin care se va împlini promisiunea. Ideia de a pune deoparte pe Ismael, idolul inimii sale, a tulburat foarte muit pe Avraam, astfel că imploră pe Dumnezeu: "...Să trăiască Ismael înaintea Ta!" (Geneza 17:18).

Cunoscând natura şi înclinaţiile criminale ale lui Ismael şi a urmaşilor săi, Dumnezeu nu putea să cedeze rugăminţilor lui Avraam. Când Avraam a înţeles că Dumnezeu nu se va schimba, el acceptă planul divin. Bătrânii Avraam şi Sara nu prea au înţeles miracolul, dar prin credinţă, li s-a născut un fiu pe care l-au numit Isaac. Pe măsură ce anii treceau, între cei doi fii, fundamental diferiţi, precum şi între cele două mame, conflictele de veniseră tot mai intense, mai amare şi de nesuportat. Avraam trăia în mijlocul acestor conflicte şi nu mai ştia ce este de făcut. în inima şi mintea lui se dădeau lupte crâncene. Pe de o parte se simţea atras de fiul său Isaac, iar pe de altă parte îi chinuiau pretenţiile lui Ismael despre care îngerul a prezis că va fi fiul plăcerii şi al urii. Avraam era foarte conştient de aceste două forţe diametral opuse care îl chinuiau exact ca şi pe criminalul Ransler care de asemenea simţea în interiorul său ambele forţe, binele şi răul.

Dumnezeu văzând că ura din inima lui Ismael creştea până la crimă, chemă pe Avraam şi îi porunci să-l alunge din casa sa. Să alunge pe primul său născut, idolul inimii sale acum în vârstă de 17 ani? Fără îndoială, la această poruncă Arvaam vărsă multe lacrimi, dar din cauza credinţei sale, îl ascultă pe Dumnezeu. Era mai bine să verse acum lacrimi puţine pentru alungarea lui Ismael, decât să verse mult mai multe pentru asasinarea lui Isaac fiul prin a cărui urmaşi trebuia să vină mântuirea. Să ne reamintim că lacrimile lui Avraam din cauza lui Ismael erau rezultatul neascultării sale de Dumnezeu.

Apostolul Pavel ne spune că aceşti doi fii ai lui Avraam erau simbolul celor două naturi din lăuntrul omului firesc: "Şi voi fraţilor, ca şi Isaac, sunteţi copii ai făgăduinţei. Şi cum se întâmpla atunci, că cel ce se născuse în chip firesc prigonea pe cel ce se născuse prin Duhul, tot aşa se întâmplă şi acum. Dar ce zice Scriptura? Izgoneşte pe roabă şi pe fiul ei, căci fiul roabei nu va moşteni împreună cu fiul femeii slobode. De aceea fraţilor, noi nu suntem copiii celei roabe ci ai femeii slobode (Galateni 4:28-31).

"Căci firea pământească pofteşte împotriva Duhului şi Duhul împotriva firii pământeşti: sunt lucruri potrivnice unele altora, aşa că nu puteţi face tot ce voiţi" (Galateni 5:17).

Scriind romanilor, Pavel descrie cele două forţe ce se luptau în interiorul său înainte de a fi umplut de Duhul Sfânt. Cu 19 secole înainte de naşterea psihiatriei, el descrie în mod dramatic puterea mai mare a forţei fireşti: "Căci nu ştiu ce fac; nu fac ce vreau, ci fac ceea ce urăsc. Acum dacă fac ce nu vreau, prin aceasta mărturisesc că legea este bună. Şi atunci nu mai sunt eu cel ce fac lucrul acesta, ci păcatul care locuieşte în mine. Ştiu în adevăr că nimic bun nu locuieşte în mine adică în firea mea pământească, pentru că ce-i drept am voinţa să fac binele, dar n-am puterea să-l fac. Căci binele pe care vreau să-l fac, nu-l fac, ci răul pe care nu vreau să-l fac, iată ce fac! Şi dacă fac ce nu vreau să fac, nu mai sunt eu cel ee face lucrul acesta, ci păcatul care locuieşte în mine. Găsesc dar în mine legea aceasta: când vreau să fac binele, răul este lipit de mine. Fiindcă după omul dinlăuntru îmi place

Legea lui Dumnezeu, dar văd în mădularele mele o altă lege care se luptă împotriva legii minții mele şi mă ține rob legii păcatului care este în mădularele mele. O, nenorocitul de mine! Cine mă va izbăvi de acest trup de moarte"? (Romani 7:15-25).

Aceasta este problema cea mai mare a omenirii din toate timpurile. Avraam, apostolul Pavel şi criminalul Ransler au recunoscut existența ei. Fiecare avem probleme importante în zilele noastre, dar nici una nu este atât de importantă ca aceasta: "... Cine mă va izbăvi din ghiarele propriei mele naturi păcătoase"? Dacă nu reuşim să ne eliberăm de această dualitate şi păcat, ne vom lupta cu acestea toată viața.

Nu există lipsă de rețete. Fiecare şcoală de psihiatrie crede să fi găsit rețeta cea mai bună şi atrăgătoare, dar nici una nu este cu adevărat eficientă pentru că aceste şcoli se preocupă pur şi simplu cu tratarea simptomelor dar nu şi a cauzelor. în cuvintele de mai sus, ale apostolului Pavel, găsim puterea care atacă răul din rădăcină.

26. Descătuşat de chinuri

"Cine mă va izbăvi de acest trup de moarte?" Cine pe pământ mă va descătuşa din ghiarele propriei mele naturi păcătoase? Această întrebare pusă odinioară de apostolul Pavel şi-o pun şi astăzi milioane deoameni. Această întrebare tulbura şi pe doi psihiatri, soţ şi soţie, la o consultape în cabinetul lor din Chicago.

Ei discutau calea cea mai bună pentru a elibera un pacient dintr-o situaţie serioasă. Dr. Lena Sadler a rugat pe soţul ei Dr. William S. Sadler să vadă pe una din pacientele ei, "o femeie fină, foarte bine educată". Pacienta nu mai răspundea la întrebări. După consultări şi consfătuiri, Dr. William Sadler a spus soţiei sale că nu trebuie să se aştepte la vreo îmbunătăţire mai însemnată până când viaţa pacientei nu va fi pusă în ordine şi nu vor fi îndepărtate numeroasele cauze psihice. La întrebarea cât timp va dura acest lucru, el răspunse: "Probabil un an sau chiar şi mai mult."

Acum să dăm cuvântul Dr. William Sadler care va spune ce s-a întâmplat. Imaginaţi-vă ce surpriză atunci când această pacientă a intrat în cabinetul meu câteva zile mai târziu şi m-a informat că tulburările sale au dispărut, că lucrurile pe care cu câteva zile mai înainte mă asigura că nu poate să le facă niciodată, le-a făcut deja pe toate; că tot ce i-am cerut să întreprindă pEntru vindecare a fost pus în aplicare. Ea şi-a reclădit complet viaţa socială, familiară şi personală, a făcut numeroase mărturisiri şi a îndeplinit o mulţime de ture de forţă pentru a-şi pune în ordine toate relaţiile, recunoscându-şi greşelile. Am întrebat-o uimit cum a putut fac;e toate aceste lucruri extraordinare în mai puţin de o săptămână, cum a reuşit să facă această mare întorsătură în atitudinea faţă de ea însăşi şi faţă de cei din jur. Ea îmi răspunse zâmbind: "Dr. Lena - soţia dvs. - m-a învăţat să mă rog" (Theory and Practice of Psychaitry, St. Louis, C. V. Mosby Co., 1936, p. 1075).

Fără şedinţe lungi şi costisitoare la un psihiatru, femeia şi-a mărturisit păcatele lui Dumnezeu şi faţă de alţii, ceia ce i-a adus imediat vindecare şi înviorare aşa cum a promis Isus:

"Vă tas pacea, vă dau pacea Mea. Nu v-o dau cum o dă lumea. Să nu vi se tulbure inima, nici să nu se înspăimânte" (Ioan 14:27).

Dr. Carl Jung recunoaşte de asemenea importanţa relaţiei personale cu Dumnezeu în vindecarea multor boli ale omenirii: "Mi-ar place să atrag atenţia asupra unor fapte. în ultimii 30 de ani am fost consultat de oameni din toate ţările civilizate ale pământului. Am tratat multe sute de pacienţi.

Dintre toți pacienții mei din a doua jumătate a vieții, adică de peste 35 ani de practică, nu a fost nici unul care să nu se fi găsit, în ultimă instanță, în fața unei probleme religioase... Mi se pare că odată cu declinul vieții religioase, nevrozele cresc în mod vizibil... Pacientul este în căutarea a ceva care să-l ia în stăpânire şi care să-i dea sens şi formă, scoțându-I din confuzia sa nevrotică."

Este medicul la înălțimea acestei sarcini? Din capul locului el va trimite pacientul său ori la un preot ori la un filosof, sau în disperarea sa îl va abandona, notă specifică a zilelor noastre. Gândirea omenească nu poate să conceapă un sistem sau un adevăr final care să-i dea pacientului ceea ce are nevoie ca să trăiască, adică credință, speranță, dragoste şi discernământ... Sunt persoane care deşi îşi dau seama de natura lor psihică bolnavă, refuză totuşi să se îndrepte către un duhovnic, deoarece ei nu cred că acesta poate să-i ajute cu adevărat. Astfel de persoane nu au încredere nici în doctor pentru acelaşi motiv. Ei se justifică zicând că şi doctorul şi preotul stau înaintea lor cu mâinile goale, sau ceea ce este şi mai rău, cu vorbe goale... Astfel de suferinzi trebuie să aştepte ajutorul nu de la doctor ci de la preot" (Carl G. Jung "Modern Man în search of a Soul", New-York, Harcourt, Brace and Co., Inc., 1933, pp. 260-262).

Freud, Adler şi Jung sunt cu totul de acord că multe tulburări psihice ale omului sunt datorate conflictului dintre forțele interioare ale binelui şi răul'ui. Freud pune accentul pe înclinările sexuale ca fiind forța rău1ui, Adler accentuează goane nemi1oasă a firii omeneşti după putere şi supremație, iar Jung aseamănă înclinațiile rele ale omului cu un lup sălbatic şi nesățios.

În anul 1930, specialiştii în medicina psihosomatică au început să arate că o sumedenie de boli fizice erau produse de invidie, gelozie, egocentrism, resentiment, frică, ură emoții identice celor pe care Biblia le enumeră ca atribute ale naturii noastre fireşti. De aci vedem că majoritatea bolilor fizice şi psihice ale omului sunt cauzate de activitatea unei forțe interioare a răului. Este de la sine înțeleasă ineficacitatea eforturilor umane de a elibera omul de o natură rea, înăscută, care este legată aşa de strâns de el precum era legat în antichitate un cadavru de criminal.

Apostolul Pavel răspunde la întrebările ridicate: "Mulțumiri fie aduse lui Dumnezeu (că există o cale de ieşire) prin Isus Cristos Domnul nostru", căci..." Lucru cu neputință Legii întrucât firea pământească o făcea fără putere, Dumnezeu a osândit păcatul în firea pământească trimițând din pricina păcatului pe însuşi Fiul Său într-o fire asemănătoare cu a păcatului, pentru cî poruncaLegiisă fie împlinită în noi care trăim nu după îndemnurile firii pământeşti ci după îndemnurile Duhului" (Romani 7:25; 8:3-4).

Acum dar "dacă Cristos este în voi, trupul vostru, da, este supus morții din pricina păcatului, dar duhul vostru este viu din pricina neprihănirii" (dreptății lui Dumnezeu) (Romani 8:10).

Prin moartea şi învierea Sa, Isus nu a eliberat în mod automat pe om din sclavia naturii sale fireşti. El a făcut această eliberere valabilă numai prin supunerea noastră acestor condiţii divine:

...Dacă prin Duhul faceţi să moară faptele trupului, veţi trăi" (cu adevărat) (Romani 8:13).

Astfel, "... trăim nu după îndemnurile firii pănânteşti, ci după îndemnurile Duhului" (Romani 8:4).

"Cei ce sunt ai lui Cristos Isus şi-au răstignit firea pământească împreună cu patimile şi poftele ei" (Galateni 5:24).

"De aceea omorâţi mădularele voastre care sunt pe pământ: curvia, necurăţia, patima, pofta rea şi lăcomia (de bani) care este o închinâre la idoli" (Coloseni 3:5).

"Dar acum lăsaţi-vă de toate aceste lucruri: de mânie, de vrăjmăşie, de răutate, de clevetire, de vorbele ruşinoase care v-ar putea ieşi din gură. Nu vă minţiţi unii pe alţii, deoarece v-aţi desbrăcat de omul cel vechi cu faptele lui şi v-aţi îmbrăcat în omul cel nou care se înoieşte spre cunoştinţă dupa chipul Celui ce l-a făcut" (Coloseni 3:8-10).

Billy Graham formulează foarte bine sarcina care ne revine: "Numai dacă apelăm la voinţă, vom înţelege însemnătatea adâncă şi deplină a pocăinţei. Trebuie să fim hotărâţi a renunţa la păcat. Atitudinea noastră faţă de păcat este hotărâtoare. Este necesară schimbarea sentimentelor noastre, a voinţei noastre, a atitudinii noastre şi în sfârşit a sensului (ţelului) vieţii noastre. în Biblie nu există nici un verset care admite că un creştin poate trăi o viaţă după bunul lui place. (Peac;e With God, N.Y. Permabooks 1955, pp. 124-125 - Carte tradusă şi în limba română).

Apostolul Pavel ne-a arătat că Avraam şi cei doi fii ai săi erau simbolul omului în care se luptă două forţe opuse (Galateni 4:28-31; 5:17). Pavel conclude pentru noi: Dar ce zice Scriptura? Izgoneşte... pe fiul" (Galateni 4:30), După cum Dumnezeu a cerut lui Avraaam să izgonească pe acel fiu, lucru dureros pentru Avraam, tot aşa şi noi să alungăm definitiv firea omului vechi, pe vechiul Adam. Poate să fie dureros pentru noi să obandonăm obiceiurile noastre, practicile noastre, modurile noastre de gândire, chiar prietenii noştri care nu sunt pe placul lui Dumnezeu şi sunt născuţi, ca şi Ismael, în afara voinţei lui Dumnezeu.

Însuşi Isus a zis: "Adevărat vă spun eă nu este nimeni care să fi lăsat casă, sau fraţi, sau surori, sau tată, sau mamă, sau nevastă, sau copii, sau holde pentru Mine şi pentru Evanghelie şi să nu primească acum, în veacul acesta, de o sută de ori mai mult: case, fraţi, surori, mame, copii şi holde împreună cu prigoniri, iar în veacul viitor, viaţă veşnică" (Marcu 10:29-30).

Nimeni nu ştie mai bine ca El că renunțare înseamnă durere. Dar El promite că vom primi de o sută de ori mai mult, nu în veşnicie, ci chiar acum. Vom înțelege mai bine această promisiune dacă ne vom gândi la bolile psihice şi trupeşti despre care arn verbit în această carte şi de care vom fi eliberați cu ajutorul lui Dumnezeu.

Dincolo de bucuriile şi necazurile acestei vieți nu stă un semn de întrebare. La stârşitul vieții noastre stă "EL", căci: "Ân adevăr dacă ne-am făcut una cu El printr-o moarte asemănătoare cu a Lui, vom fi una cu El şi printr-o înviere asemănătoare cu a Lui, căci ştim bine că omul nostru vechi a fost răstignit împreună cu El pentru ca trupul păcatului să fie dezbrăcat de puterea lui în aşa fel ca să nu mai fim robi ai păcatului" (Romani 6:5-6).

S-ar părea un act negativ renunțând la voința noastră şi supunându-ne voinței divine, dar aceasta dă rezultate pozitive. Psihologul Wallace Emerson scrie: "Pe măsură ce voința noastră este jertfită Domnului, aceasta se va identifica cu voința Lui... (Outline of Psychology, Wheaton, III., Van Kampen Press p. 433).

Numai dacă suntem invoiți la răstignirea a tot ceea ce produce tulburări în înteriorul nostru şi vorn deschide uşa inimii noastre astfel ca Cristos să poată acua locul pe tronul sufletului nostru, vom putea experimenta o trăire adevărată, putere, vitalitate, o viață nouă, o pace interioară şi şi plinătatea promisiunilor Lui că... "Nici una din aceste boli..."